Vol.17 ہیلتھ سیریز

(خودلذتی یا مشت زنی کے نقصانات، وجوہات اور علاج پر ایک مکمل اور مستند کتاب)

خودلذتی

نقصانات، وجوہات اور علاج

ڈاکٹر محمد عمران شیخ

نظرثانی و اضافہ
ڈاکٹر جاوید اقبال



فہرستِ مضامین

☆.....☆.....☆

القرآن الکریم

ارشادِ باری تعالیٰ ہے:

ترجمہ: ’’یقیناً فلاح پائی ایمان والوں نے جو اپنی شرمگاہوں کی حفاظت کرتے ہیں، سوائے اپنی بیویوں اور لونڈیوں کے۔‘‘ (سورۃ المومنون۔۲۔۵)

حدیث نبوی ﷺ

فرمایا رسول پاک ﷺ نے' اے اللہ کے بندو دوا کیا کرو۔ اللہ تعالیٰ نے کوئی ایسا مرض نازل نہیں کیا جس کی دوا بھی نہ اُتاری ہو۔

انتساب

ایسے معصوم افراد کے نام

جو اس

''بیماری'' سے جان چھڑانے کے لیے

نام نہاد معالجین کے ہتھے چڑھ کر

اپنی جان اور پیسہ تباہ کر لیتے ہیں۔

تاثرات

شروع اللہ تعالیٰ کے بابرکت نام سے جو اپنی مخلوقات کے لیے رحمان و رحیم، یکتا، لاشریک، علیم و خبیر، شافی و کافی اور ہمیشہ سے موجود اور ہمیشہ کے لیے قائم و دائم رہنے والا، ہر شکل و صورت سے منزہ لیکن حسن میں بے مثال، حجابات قدرت اٹھانے والا، ہر شے کا تخلیق کار اور ہر شے میں بلا امتیاز موجود، ہر حاضر و غائب شے سے آگاہی رکھنے والا اور اپنی حکمت و قدرت سے ہر شے کو شفاء کاملہ عاجلہ بخشنے والا، جس کی حکمت بے مثال اور ہر شے پر غالب، وہ قادر مطلق، حیّ و قیوم غرضیکہ ہر شے کو ایک مقدار کے ساتھ ہر لمحہ، ہر پل اور ہر گھڑی رکھنے والا ہے۔

انسان صدیوں سے شباب کی صحت و برقراری کا راز کھوجنے کی فکر میں مُبتلا ہے، کوئی آبِ حیات کی تلاش میں ہے اور کسی کو امرت کی کھوج ہے۔ لیکن اگر غور کریں تو ہم بخوبی یہ جان سکتے ہیں کہ ہم کس لیے تکلیف اٹھاتے ہیں؟ ہم سب کو اس لیے تکلیف ہوتی ہے کہ ہم قدرت کے قوانین کی خلاف ورزی کرتے ہیں، جس کا سبب یا تو عدم واقفیت ہوتا ہے یا اپنے اوپر ضبط کی کمی، اسی عدم واقفیت اور ضبط کی کمی کے سبب نوجوان طبقہ اس موذی عادت یعنی جلق کا شکار ہو جاتا ہے۔

یہ ایک حقیقت ہے کہ شباب طاقت کا مرہونِ منت ہوتا ہے جب اس موذی عادت یا بیماری کے سبب جسم سے طاقت کم ہوتی ہے تو شباب یقیناً ماند پڑ جاتا ہے، طاقت کے ہی بل بوتے پر ایک مرد کے خوابوں و خیالوں میں اَن دیکھی اُمنگیں انگڑائیاں لیتی ہیں اور وہ پہاڑوں سے ٹکرانا چاہتا ہے، لیکن طاقت نہ ہونے کے سبب اس کے یہ جذبات سرد پڑ جاتے ہیں اور اس دُنیا کی رنگینیاں اسے بے رنگ نظر آتی ہیں۔ ایسی صورتِ حال میں وہ اپنے

فطری تقاضے پورے کرنے کے لیے جدوجہد شروع کرتا ہے اس جدوجہد کے دوران جب وہ مسیحا کی تلاش میں نکلتا ہے تو ایسے اتائیوں کے ہتھے چڑھ جاتا ہے جو بڑے بڑے سائن بورڈز لگا کر خودلذتی میں مُبتلا مریضوں کو اپنی طرف راغب کرتے ہیں اور ایک رام کہانی سُنا کر ایسے مریض کو خوف زدہ کر دیتے ہیں۔ ایسی صورت حال میں مریض اپنے مرض سے بہت زیادہ خوف زدہ ہو جاتا ہے اور ایسے نام نہاد معالجین کے جال میں پھنس جاتا ہے جو طِب کی الف ب سے بھی واقفیت نہیں رکھتے' یا اس شعبے سے مکمل نابلد ہوتے ہیں۔

دیکھا گیا ہے کہ عموماً مریض تحقیر کے خوف یا اس مرض کی پوشیدہ نوعیت کے باعث شرم کی بناء پر اس کا باقاعدہ علاج کرانے حتیٰ کہ کسی سے اس کا ذکر کرنے سے بھی کتراتے ہیں۔ اسی طرح بہت سے مریضوں میں چوری چھپے مختلف ٹوٹکے یا اتائیوں کے نسخوں کو استعمال کرنے کا رُجحان رہتا ہے' مستند معالجین تک پہنچ کر علاج کرانے والے مریضوں کی تعداد بہت کم ہے۔ مستقل علاج نہ کرانے یا مستند معالجین سے رجوع نہ کرنے کے باعث ایسے مریضوں کی تعداد دن بدن بڑھ رہی ہے کیونکہ بہت سے مریض اپنی کم علمی یا لاپروائی کے باعث ایک جانب اس مرض کے پھیلاؤ کا سبب بن رہے ہیں تو دوسری جانب اس مرض کے ہاتھوں اپنی مجموعی صحت تو تباہ کر ہی رہے ہیں۔

مشرق میں پلنے والے نوجوانوں کے ذہنوں میں ہر وقت ہیجان برپا رہتا ہے اور یہ ہیجان اُس وقت مزید پختہ ہو جاتا ہے جب انہیں جنس کے متعلق بہت زیادہ روک ٹوک کر اس میں تجسس پیدا کر دیا جاتا ہے' بچہ جب لڑکپن میں قدم رکھتا ہے تو اُس کا ذہن رقیق جذبات سے پُر ہوتا ہے وہ چھوٹی سی بات پر خُوشی سے اُچھلنے لگتا ہے اور چھوٹی سی بات پر منہ بسورنے لگتا ہے' اس دور میں ہی لڑکوں پر نفسیاتی اثرات مرتب ہوتے ہیں جو بچے اپنی شکل کو بھونڈا خیال کرتے ہیں وہ احساس کمتری میں مُبتلا ہو کر ناکامیوں کا منہ دیکھتے ہیں جب کہ اپنے آپ کو حسین سمجھنے والے نوجوان احساسِ برتری کا شکار ہو کر بہت سی کامیابیوں کو آسانی کے ساتھ سَر کر لیتے ہیں۔ یاد رکھیں کہ انسانی جبلت کا یہ خاصہ ہے کہ جو چیز جتنی ڈھکی چھپی

رکھی جائے یا اشاروں، کنایوں میں کہی جائے اس کے بارے میں تجسس بڑھ جاتا ہے، زیادہ سے زیادہ معلومات کے حصول کی خواہش جاگ اٹھتی ہے اور جب کھلے ماحول میں نوجوان ذہنوں میں اٹھنے والے سوالات کا تشفی جواب نہیں مل پاتا تو پھر جہاں سے اور جس راستے سے جواب ملتا ہے حاصل کر لیا جاتا ہے، ہمارے معاشرے میں جنسی معلومات کو شجرِ ممنوعہ بنا کر اس درجہ خفیہ اور پوشیدہ رکھا جاتا ہے کہ ہمارا پڑھا لکھا نوجوان طبقہ جب جنسی مسائل کے حل کے لیے رہنمائی چاہتا ہے تو اسے یہ رہنمائی نہ تو گھر میں والدین سے ملتی ہے نہ اسکول و کالجوں میں اساتذہ کرام سے اور نہ ہی کوئی مستند ادارہ ایسا ہے جو اس موضوع پر طبی و سائنسی لٹریچر فراہم کر سکے، نتیجہ یہ نکلتا ہے کہ نوجوانوں کو غیر طبی اور غیر سائنسی معلومات پر انحصار کرنا پڑتا ہے۔

یہ بات بھی یاد رہنی چاہیے کہ اپنے جسم سے کھیل کر لذت حاصل کرنے کا تجربہ نہ تو حیرت انگیز ہے اور نہ غیر معمولی! یہ دورِ شباب کی ایک عام اور ہمہ گیر خصوصیت ہے کہ جسم کے اثر پذیر حصے (مرد یا عورت دونوں کے جنسی اعضاء) چھونے اور چھیڑنے سے برانگیختہ ہو جاتے ہیں اور ان کی حیثیت ایسے اشتعال پذیر مادوں کی سی ہے جنہیں ذرا سی چنگاری دکھانے سے یہ بھڑک اٹھتے ہیں۔ جب ان حصوں کو گدگدایا اور چھیڑا جاتا ہے تو ایک ایسی گوناگوں لذت کا احساس ہوتا ہے کہ اس لذت سے کوئی بھی نہیں بچ سکتا؛ ننانوے فیصد افراد اس لذت سے آشنا ہوتے ہیں اور کچھ میں تو یہ لذت تاحیات جاری رہتی ہے؛ جب کہ کچھ افراد اپنی قوتِ ارادی یا مستقل مزاجی سے شادی کے بعد اس عادت پر قابو پا لیتے ہیں اور اپنے جنسی جذبے کا رُخ دوسری طرف موڑ کر لطف اٹھانے کے عادی ہو جاتے ہیں۔

یہ ایک حقیقت ہے کہ خودلذتی کے حوالے سے بہت ہی زیادہ اور مہیب قسم کی افواہیں پھیلائی جا چکی ہیں جن کی ابتداء عرصہ دراز سے چل رہی ہے؛ کوئی اسے گناہِ عظیم کہتا ہے، کوئی اسے جسم کی کمزوری گردانتا ہے، کوئی کہتا ہے کہ جس طرح لکڑی کو دیمک کھوکھلا کر دیتی ہے اسی طرح یہ عادت انسانی جسم کو کھا جاتی ہے، کسی کے ذہن میں یہ بٹھا دیا جاتا ہے کہ اس سے

بندہ بانجھ ہو جاتا ہے، کسی کو یہ کہا جاتا ہے کہ اس کے اثرات انسانی اعضاء پر انتہائی دُور رس ہوتے ہیں، کوئی اسے اندھے پن کا سبب کہتا ہے تو کوئی اسے جگر کی بیماری بتاتا ہے، کوئی اسے پیٹ کے کیڑے کی وجہ کہتا ہے؛ غرض یہ کہ جتنے منہ اتنی باتیں۔ حقیقت میں یہ ایک وقتی لذت کی کیفیت ہوتی ہے جس سے کوئی بھی لطف اندوز ہو کر اپنے جسم و ذہن کی تسکین حاصل کرنے کی کوشش کرتا ہے۔ لیکن ان تمام دہشت زدہ باتوں کے سبب اس معمولی عادت کو بڑی بیماری بنا دیا جاتا ہے جس کی وجہ سے متاثرہ فرد کا جسم واقعی بیماریوں کا گڑھ بن جاتا ہے۔ یہ ایک حقیقت ہے کہ حضرتِ انسان کے سامنے جس چیز کو جتنا عجیب اور مہیب بنا کر پیش کیا جائے گا انسان اتنی ہی شدت اور آرزو کے ساتھ اس کی کھوج میں لگ جائے گا۔ چوں کہ معاشرے نے جلق کو ایک ایب نارمل شے بنا دیا ہے اس لیے لوگ سحر زدہ ہو کر اس مشغلے کی طرف رجوع کرتے ہیں؛ ایک عربی کہاوت ہے: الانسان حریض علی مامنع: یعنی جس چیز سے انسان کو روکا جاتا ہے وہ اسی چیز کا حریص ہو جاتا ہے۔

جلق یا مشت زنی کی وجوہ کو سامنے رکھتے ہوئے اس کی بڑھتی ہوئی شرح کو کنٹرول کرنے کی ضرورت ہے اور ابتدا میں یہ محض ایک عادت ہوتی ہے لیکن بعدازاں بیماری کی شکل اختیار کر لیتی ہے؛ یہ تمام منازل لاعلمی کی وجہ سے طے ہوتی ہیں۔ اس حوالے سے بے شمار کیسز دیکھے گئے ہیں جنہیں مناسب رہنمائی اور علاج کی ضرورت ہوتی ہے؛ اسی حوالے سے ایک کیس کی روداد ملاحظہ فرمائیں؛ ایک باسٹھ سالہ فرد میرے پاس آیا تو اپنی روداد بیان کی؛ ملاحظہ فرمائیں:

''میں پانچ بچوں کا باپ ہوں اور تقریباً سارے ہی جوان ہو چکے ہیں؛ میں نے بڑی خوشگوار ازدواجی زندگی گزاری ہے اور ایک لمحے کے لیے بھی اپنی بیوی کو جنسی طور پر محروم نہیں رکھا بلکہ جب بھی یہ عمل شروع کیا تو کوشش کہ پہلے اپنی بیوی کو ''فارغ'' کراؤں پھر خود کچھ کروں۔ مجھ میں کسی قسم کی کوئی جنسی کمزوری نہیں ہے، میں نے بھرپور طریقے سے اپنی بیوی کی پیاس بجھائی ہے۔ ڈاکٹر صاحب آپ کے پاس اپنے ایک مسئلے کے لیے آیا ہوں کہ

میں جب بھی بیوی سے جماع کرتا ہوں تو اس کے بعد ایک بار ضرور جلق لگاتا ہوں کیوں کہ جو لذت مجھے جلق سے ملتی ہے وہ جماع سے ہرگز نہیں مل سکتی؛ اور ہر بار جماع کے بعد جب تک یہ عمل نہ کرلوں تو لگتا ہے کہ جنسی عمل ادھورا رہ گیا ہے۔''

قارئین ان بزرگ کے بیان سے بخوبی اندازہ کیا جاسکتا ہے کہ جنسی عمل کا تعلق تصور سے بہت زیادہ مضبوطی سے بندھا ہوا ہے اور جب تک تصوراتی طور پر ان کی تحلیل نہ کی جائے اُس وقت تک ان کی اس عادت کا خاتمہ مشکل ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ جلق لگانے والے افراد کی مکمل ہسٹری لے کر انہیں اس عارضے یا عادت سے چھٹکارا دلایا جاسکتا ہے۔

ڈاکٹر محمد عمران شیخ کی اس چھوٹی سی کتاب میں یہ بتانے کی کوشش کی گئی ہے کہ اس موذی عادت یا بیماری (جلق) کے اسباب کیا ہیں اور نوجوان طبقہ کیونکر اس عادت یا بیماری کا شکار ہوتا ہے۔ یہ کتاب بظاہر یا ضخامت میں چھوٹی ہے لیکن اس میں دی جانے والی معلومات انتہائی مدلل اور سائنسی تحقیق کا نچوڑ ہیں جس کے سبب اس کتاب کو اس حوالے سے مستند مانا جاسکتا ہے۔

ہمارے ہاں یہ بھی دیکھا گیا ہے کہ عمومی کتب میں اس مرض کو بہت زیادہ بڑھا چڑھا کر پیش کیا جاتا ہے جس کی وجہ سے اس مرض کی وجہ سے مریضوں کی اتنی صحت تباہ نہیں ہوتی جتنی کہ ان کتب کے مطالعہ کے بعد ہوتی ہے۔ زیرتبصرہ کتاب میں دین اسلام اور جدید سائنسی ریسرچ کے مطابق اس مرض کو تفصیل سے بیان کیا گیا ہے اس کے ساتھ ساتھ اس مرض کا ہومیوپیتھک علاج بھی پیش کر دیا گیا ہے تاکہ معصوم لوگ اپنی اس بیماری کے متعلق پوری جانکاری حاصل کرسکیں اور اس کا مناسب علاج معالجہ کرسکیں۔ اس حوالے سے میں اتنا ضرور عرض کروں گا کہ اس میں کوئی شک نہیں کہ کتاب اپنی مثال آپ ہے لیکن چوں کہ مرض بہرحال مرض ہی ہے یہ چاہے چھوٹا ہو یا بڑا! اسے مرض کے زمرے میں ہی رکھا جاتا ہے اس لیے جہاں تک ممکن ہو اس مرض یعنی مشت زنی یا انگشت زنی کے علاج کے لیے مستند معالج سے ہی علاج کرائیں؛ کتاب کو معلومات کے طور پر ضرور پڑھیں لیکن دواؤں

کے استعمال میں انتہائی احتیاط لازم ہے۔

برٹرینڈرسل کا کہنا ہے کہ مشت زنی اخلاقی نہیں بلکہ طبی مسئلہ ہے' اس لیے ضروری اَمر ہے کہ اس مسئلے کو طبی طریقے سے ہی حل کیا جائے تا کہ مثبت نتائج سامنے آئیں۔

اُمید کرتا ہوں کہ ڈاکٹر عمران شیخ کی یہ کاوش قارئین کو پسند آئے گی دعا ہے کہ اللہ تعالیٰ کرے زورِ قلم اور زیادہ۔

دعا گو: ڈاکٹر جاوید اقبال (ہومیوپیتھک کنسلٹنٹ)
پوسٹ بکس نمبر 1227 جی پی او۔ راولپنڈی کینٹ
موبائل فون نمبر:0333-5208186
E.Mail: drjaved_malik@yahoo.com



حرفِ اوّل

جس طرح اغلام کی ایجاد کا سہرا قومِ لوط کے سر ہے اسی طرح جلق کے متعلق کہا جاتا ہے کہ اس کا موجد عرب کا ایک شخص "عمیرہ" تھا۔ بعض حکماء کا خیال ہے کہ اس فعل کی ابتدا افریقہ سے ہوئی۔ بہر حال اس کی ابتدا جیسے بھی ہوئی یہ عادت قدیم ایام سے کم و بیش جاری و ساری ہے۔ کہا جاتا ہے کہ مشت زنی کی تاریخ انسان سے بھی پرانی ہے۔ یہ عارضہ جانوروں میں بھی پایا جاتا ہے جیسے ہاتھی اپنی سونڈ کے ذریعے اپنے عضوِ تناسل کو چھیڑ کر مشت زنی کرتے ہیں بندر بھی انسانوں کی طرح اپنے ہاتھوں (اگلے پاؤں) کے ذریعے جلق لگا کر انزال ہو جاتے ہیں اور عموماً جگالی کرنے والے جانور اپنے عضوِ تناسل کو جنگاسوں کے ساتھ رگڑ کر اپنے ذوق کی تسکین کر لیتے ہیں لیکن جانوروں میں سب سے زیادہ چیمپینزی اس فعل کے لیے زیادہ مشہور ہیں۔

نوجوان لڑکوں لڑکیوں کے حوالے سے بات کی جائے تو اس حقیقت سے انکار ممکن نہیں ہے کہ تقریباً تمام نوجوان لڑکے لڑکیاں اس قبیح عادت کا شکار ہیں اور اس حوالے سے مزید تحقیق کی جائے تو پتہ چلتا ہے کہ ان میں سے کچھ اپنی اس عادت پر کسی حد تک قابو پا لیتے ہیں جب کہ دیگر افراد اس عادت کو قابو کرنے میں ناکام ہو کر اپنی صحت تباہ کر لیتے ہیں۔ ایسی ہی کیفیت میں ان افراد کو مناسب علاج معالجہ اور معالج کی رہنمائی کی ضرورت ہوتی ہے۔ والدین کو چاہیے کہ اس جہالت کو جلد از جلد دُور کریں اور اُس دور کو بھول جائیں جب جنس کا دوسرا نام گندگی اور گناہ تھا' آج کے دور میں یہ ایک علم ہے اور اس علم کے ذریعے بچوں کو بے راہ روی سے دُور رکھا جا سکتا ہے اور جہاں پر والدین یہ سمجھیں کہ معاملہ سمجھانے سے اور بھی زیادہ بگڑ رہا ہے تو اُس وقت کسی اچھے ہومیو پیتھک معالج کی خدمات لینی چاہیے

کیونکہ اس طب میں یقینی طور پر ایسی دوائیں موجود ہیں جو کہ بچوں اور والدین دونوں کی ذہنی و جسمانی تندرستی کو قائم و دائم رکھنے کی پوری پوری صلاحیت رکھتی ہیں۔

اس چھوٹی سی کتاب میں مشت زنی یعنی خود لذتی کے حوالے سے ہر دو جنس کی کیفیات کو بغور جائزہ لیا گیا ہے اور اس کے تدارک اور علاج کے لیے علاج معالجہ بیان کیا گیا ہے۔ کوشش کی گئی ہے کہ کتاب کا بیان آسان فہم رہے تا کہ کم پڑھے لکھے افراد کو بھی فائدہ پہنچ سکے۔

کتاب کی تیاری میں جن دوستوں نے رہنمائی اور مدد فراہم کی ان کا جس قدر شکریہ ادا کیا جائے کم ہے بالخصوص میں ہومیو پیتھک برادری کے معروف معالج ڈاکٹر جاوید اقبال صاحب، جو کہ متعدد کتابوں کے مصنف ہیں، کا انتہائی شکرگزار ہوں کہ انہوں نے میری درخواست پر کتاب پر اپنی قیمتی رائے دی اور اپنے تاثرات بیان کیے نیز کتاب کی تیاری سے لے کر قارئین کے ہاتھوں تک آنے میں ان کی رہنمائی شامل رہی؛ جس کے لیے دعا ہے کہ اللہ تعالیٰ انہیں اجرِ عظیم عطا فرمائے تا کہ یہ اسی طرح معالجین کی راہنمائی کرتے رہیں۔ کتاب کے حوالے سے یا کسی بھی مسئلے کے لیے ذیل کے ایڈریس پر رابطہ کیا جا سکتا ہے:

ڈاکٹر محمد عمران شیخ (ہومیو پیتھک کنسلٹنٹ)
سیکسالوجسٹ اینڈ اسکن اسپشلسٹ
کلینک: عمرانز کلینک: سوئٹ نمبر 2 'فرسٹ فلور زوی آئی پی اسکوائر'
آئی ۸ مرکز اسلام آباد 051-4938104-05-06
موبائل فون نمبرز: 0333-5203161;0331-5203161
E.Mail: info@imranzclinic.com
web: www.imranzclinic.com



جلق: مُشت زنی

(Self Abuse:Masturbation)

عمدۃ الاحکام میں حضرت جابر رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ سرور کائنات حضرت محمد ﷺ کا ارشاد پاک ہے کہ "سب کے ساتھ کھانے میں شفاء ہے اور ارشاد ہے کہ بہت بُرے ہیں وہ لوگ جو تنہا کھائیں اور اپنی لونڈیوں کو ماریں اور اپنی بخشش کو بند کر دیں اور نکاح کریں اپنے ہاتھ سے۔"

جلق لفظ "زلق" سے مشتق ہے۔ جس کے لغوی معنی پھسلنا یا پھسلانا کے ہیں۔ چونکہ اس فعل میں فرد جنسی لُطف حاصل کرنے کے لیے ذکر (Penis) کو ہاتھ یا کسی چیز سے پھسلا کر مادہ منویہ خارج کرتا ہے اس لیے اسے اس نام سے موسوم کیا گیا ہے۔ اس عمل کو مُشت زنی، ہتھ رسی، مُٹھ مارنا، دست کشی اور اونانزم بھی کہتے ہیں۔ معمولی فرق کے ساتھ اس کی اصطلاح "خودلذتی یا Self Abuse بھی ہو سکتی ہے۔ جلق ایک اصطلاحی لفظ ہے جبکہ اکثر زبانوں میں اسے "عنانت" بھی کہا جاتا ہے۔ جس کا ماخذ "عنان" پسرِ یہوداو بطشو ہے۔ اس کے متعلق کہا جاتا ہے کہ وہ "تخم کو زمین پر ضائع کر دیتا تھا"۔

انگریزی لفظ ماسٹربیشن کی اصطلاح لاطینی الفاظ ماسو یا مانوس (Masu Manus) اور ٹربوس (Turbose) سے مل کر بنی ہے۔ جس کا مفہوم ہے ہاتھ سے اُلٹ پلٹ کرنا۔ یا ماسٹر باری (Masturbari) سے ماخوذ ہے۔ جس کا مطلب ہے خود کو آلودہ یا ناپاک کرنا۔ اس کے علاوہ ماسٹربیشن کو لاطینی لفظ Manu-Struprare سے بھی مشتق کیا جا سکتا ہے جس کے معنی ہاتھ سے بے حرمتی کرنے کے ہیں۔

جلق جسے لڑکے مُشت زنی (یعنی ہاتھ میں عضو کو پکڑ کر) اور لڑکیاں انگشت زنی (یعنی اپنی انگلی کی مدد سے) کے ذریعے لگاتے ہیں۔ پہلے پہل جب بچہ اپنے عضو تناسل کو چھوتا ہے تو اسے لذت محسوس ہوتی ہے بعدازاں وہ اس لذت کے حصول کے لیے یہ عمل بار بار دہراتا ہے۔ لڑکے عموماً باتھ رُوم میں صابن یا شیمپو کی جھاگ سے یہ کام سرانجام دیتے ہیں جب کہ لڑکیاں تنہائی میں کلیٹورس (Clitoris) کو انگلی سے مسل کر فرحت محسوس کرتی ہیں۔ یہ فعل عموماً خود ہی انجام دیا جاتا ہے لیکن کئی بار یہ فعل مختلف لڑکے یا مختلف لڑکیاں ایک دوسرے کے لیے بھی انجام دیتے ہیں۔

اس فعل کی ابتدا کہاں سے ہوئی اس سے متعلق تفصیلات اگلے صفحات پر بیان کی جائیں گی اس سے پہلے مرد کے عضو تناسل سے متعلق سرسری بیان کیا جا رہا ہے تاکہ قارئین کو یہ سمجھنے میں مدد مل سکے کہ کیونکر مشت زنی کے نقصانات اس عضو پر ظاہر ہوتے ہیں۔



قضیب: ذَکر (Penis)

مرد کا جنسی عضو جسے قضیب یا ذکر اور انگریزی میں پینس (Penis) کے نام سے یاد کیا جاتا ہے مباشرت کے علاوہ پیشاب خارج کرنے کا بھی ذریعہ ہے۔ بچہ جب چھوٹا ہوتا ہے تو عموماً اس کا باپ اس کے عضو کے ساتھ کھیلتا ہے اور پیار سے اس کے مخصوص عضو کو ''چھنو'' کے نام سے بلاتا ہے۔ اس وقت بچہ بھی گدگدی محسوس ہونے کی وجہ سے خوش ہوتا ہے لیکن بعدازاں باپ کی یہ عادت بچے کو مشت زنی کی عادت میں مبتلا کر سکتی ہے۔

کچھ جانوروں کی طرح (بندر اور چمگادڑ وغیرہ) انسان کا ذکر بھی آزاد حالت میں ہوتا ہے جبکہ باقی جانوروں کے عضو جلد کے غلاف کے اندر ہوتے ہیں۔ پیشاب کی نالی نائزہ (Urethra) کا بہت سا حصہ اس کے اندر سے گزرتا ہے اس کے علاوہ یہی عضو عورت کے جسم کے اندر منی پہنچاتا ہے جس سے حمل ٹھہرتا ہے اور نسل آگے چلتی ہے۔ عضو کے جسم (Shaft/Body) میں بڑی بڑی خُون کی رگیں ہوتی ہیں جو شہوت کے دوران خُون سے پُر ہو کر ذکر کا سائز بڑھانے اور اسے سخت (Rigid) کرنے میں بھرپور کردار ادا کرتی ہیں لیکن عضو کے سر یعنی حشفہ (Glans) میں خون کی رگیں کم اور باریک ہوتی ہیں اس لیے اس حصے میں خُون کم مقدار میں آتا ہے جس کی وجہ سے یہ حصہ زیادہ سخت نہیں ہو پاتا (اس میں قدرت کی حکمت یہ ہے کہ بوقت دخول یہ حصہ اپنے سائز میں کمی کر کے نرماہٹ کی وجہ سے آسانی سے اپنا کام کر لیتا ہے اور عورت کی اندامِ نہانی کو کسی قسم کا نقصان نہیں پہنچ پاتا)۔ حشفہ اور جسم کے ملاپ کے مقام پر نیچے کی طرف حسی اعصاب کے مخصوص ابھار (Nerve Endings) ہوتے ہیں جس کی وجہ سے یہ حصہ بہت زیادہ حساس ہوتا ہے اور مشت زنی کے دوران مرد کو اس حصے پر بہت زیادہ لذت محسوس ہوتی ہے۔ (عورتوں کے جی سپاٹ

Graphinberg Spot = G.Spot کے مقابلے میں مردوں میں یہ F Spot یعنی Frenulum Spot کہلاتا ہے' ایف سپاٹ ایک معمولی سا گوشت کا ذرہ ہوتا ہے جو عضو اور حشفہ کے ملاپ پر نیچے کی طرف موجود ہوتا ہے، جنسی لطف میں اس کا بہت عمل دخل مانا جاتا ہے' اسی طرح ماہرینِ جنسیات نے آر۔ ایریا = Raph Area بھی بتایا ہے جو بہت زیادہ لطف ومزے کا باعث ہوتا ہے' آر ایریا فوطہ کی درمیانی لائن کو کہا جاتا ہے)۔

یہ عضو ایک مخصوص ساخت والے دو لمبے عضلاتی ستونوں (Columns) پر مُشتمل ہوتا ہے جو اجسام کہفکی (Corpora Cavernosa) کہلاتے ہیں۔ اس کی جڑ سیون میں ہوتی ہے۔ ذکر (Penis) کے عضلہ میں خُون کی بہت سی نالیاں عرضاً چلتی ہیں۔ عام طور یہ ڈھیلی پڑی رہتی ہیں لیکن ان میں فوری طور پر خُون سے بھر جانے کی صلاحیت موجود ہوتی ہے اور جب یہ خُون سے پُوری طرح بھر جاتی ہیں تو ذکر بڑا اور ایستادہ ہو جاتا ہے۔ اس کی ایستادگی اور سختی کا مقصد یہ ہوتا ہے کہ اس میں سے خارج ہونے والی منی میں موجود نطفے عورت کے اندرونی تولیدی اعضاء میں گہرائی تک پہنچ سکیں۔ ذکر کی پُشت کے ساتھ ساتھ ایک تیسرا چھوٹا عضلی ستُون پھیلا ہوتا ہے جو جسم اسفنجی (Corpus Spongiosum) کہلاتا ہے اور پیشاب کی نالی کو گھیرے ہوئے ہوتا ہے۔ ذکر کے اُوپر جلد ڈھیلی اور فالتو ہوتی ہے جو اس کے ڈھیلے پن سے لے کر ایستادگی کی حالت تک اس میں رونما ہونے والی تبدیلیوں کے ساتھ ساتھ تبدیل ہوتی جاتی ہے اور اس کے اُوپر پُوری طرح کس جاتی ہے۔ مجموعی طور پر عضوِ تناسل درج ذیل دو قسم کی بافتوں سے مل کر تشکیل پاتا ہے:

۱۔ کارپورا کیوینوسا (Corpora Cavernosa)

یہ دو کالم ہوتے ہیں ان کی ساخت ستُون کی مانند سخت ہوتی ہے۔

۲۔ کارپس سپونجیوسم (Corpus Spongiosum)

یہ پیچھے کی طرف Posterior حصہ بناتے ہیں۔

اسفنجی جسم کا آخری سرا کافی حد تک پھیلا ہوا ہوتا ہے اور حشفہ (Glans Penis)

کہلاتا ہے۔ حشفہ کے اُوپر جلد کا ایک ڈھیلا سا غلاف ہوتا ہے جس کے کاٹنے کے عمل کو ختنہ یا سرکم سیشن (Circumcission) کہا جاتا ہے۔

ختنہ کیوں ضروری ہے؟

رسول اکرم ﷺ کا ارشادِ پاک ہے:

اختنو (مشکوٰۃ)

یعنی ختنہ کرو۔ آپ ﷺ نے حضرت حسنؓ اور حضرت حسینؓ کے ختنہ کروائے۔ رسول اکرم ﷺ نے جن اُمور کی صفائی و پاکیزگی کو امورِ فطرت فرمایا اس میں ختنہ کروانا بھی شامل ہے۔ (مشکوٰۃ طبرانی)

ختنے کے عمل میں عضو کے حشفہ پر منڈھی ہوئی زائد کھال، جسے اُردو میں غلفہ اور انگریزی میں Prepuce یا Fore Skin of Penis کہتے ہیں، جو کہ نام سے بھی فالتو ہونے کے معنی کا ماخذ ہے، کو اولین فرصت میں ہی سنتِ ابراہیمی کے عمل ختنہ (Circumcision) کے تحت قطع کر کے ہمیشہ کے لیے الگ کر دینا چاہیے۔

ختنہ کروانے کا بُنیادی مقصد صفائی اور پاکیزگی ہے کیونکہ اگر ختنہ نہ کروایا جائے تو حشفہ کے اُوپر کی جلد سے ایک شحمی رطوبت لخن (Smegma) نکلتی ہے جو فالتو جلد کے اندر جمع ہو جاتی ہے۔ بعض اوقات جراثیم اس رطوبت کے اندر داخل ہو کر کھجلی یا ہلکے تعدیہ (Infection) کا باعث بنتے ہیں جس کی وجہ سے عضو کا سرطان اور پیرافائی موسس (Para phimosis) جیسے عوارض ہو سکتے ہیں۔ اس کے علاوہ سوراخ کا غیر طبعی تنگ ہونا فائی موسس (Phimosis) یا پیرافائی موسس (Para phimosis) کا سبب بنتا ہے۔ چُنانچہ اگر فالتو جلد کاٹ دی گئی ہو تو شحمی رطوبت جمع نہیں ہوتی اور صفائی کی وجہ سے کھجلی یا تعدیہ کی صُورت پیدا نہیں ہو سکتی۔

ختنہ کیوں کروایا جاتا ہے، یہ سوال اُن معاشروں میں بہت عام ہے جن کے ہاں اس عملِ جراحی کی کوئی مذہبی اہمیت نہیں ہے۔ مُسلمانوں اور یہودیوں میں یہ سوال کوئی نہیں کرتا

کیونکہ وہ صدیوں سے اس مذہبی عمل کے پابند چلے آرہے ہیں۔

طبی اعتبار سے دیکھا جائے تو یہ جان کر بڑی حیرت ہوتی ہے کہ امریکا میں ۸۵ فیصد نومولود بچوں کے ختنے کر دیے جاتے ہیں۔ امریکی معاشرے میں کسی کا غیر مختون ہونا حیرانی کا سبب بن جاتا ہے۔ کینیڈا میں یہ شرح ۴۰ فیصد اور برطانیہ میں محض ۲ تا ۵ فیصد ہے۔ اس لحاظ سے دیکھا جائے تو دُنیا کے ۸۰ فیصد مرد مختون ہیں۔

امریکا میں نومولود بچوں کے ختنہ کا سلسلہ ۱۸۷۰ء میں اس خیال سے شروع ہوا کہ اس طرح بچوں میں خودلذتی کی عادت فروغ نہیں پائے گی۔ ختنہ کے حامیوں کے مُطابق اس کے یہ فائدے ہیں:

☆ اس کی وجہ سے مردانہ عضو کی صفائی آسان رہتی ہے۔
☆ ختنہ کی وجہ سے گھونگھٹ کی تنگی اور تکلیف کی شکایت لاحق نہیں ہوتی۔
☆ اس کی وجہ سے عضوِ خاص کا سرطان نہیں ہوتا۔
☆ ختنہ کی وجہ سے ایڈز کے ایچ آئی وی وائرس کی چھوت سے تحفظ ملتا ہے کیونکہ اسے گھونگھٹ میں گھس کر پیر جمانے کا موقع نہیں ملتا۔
☆ ختنہ کی وجہ سے نومولود اپنی زندگی کے ابتدائی ایام کم از کم چھ ماہ تک پیشاب کی چھوت (انفیکشن) سے محفوظ رہتا ہے۔
☆ غیر مختون مردوں میں گردوں اور مثانہ کے انفیکشن کا بھی زیادہ خطرہ ہوتا ہے۔
☆ کلغہ ہر قسم کے جراثیم اور وائرس کے لیے ایک بہترین انکوبیٹر (Incubator) اور جنسی بیماریاں پھیلانے کا ایک بڑا ذریعہ بھی ہے۔
☆ بی بی سی کی ایک رپورٹ کے مطابق جن لوگوں کا بچپن میں ختنہ ہو جاتا ہے وہ ایڈز سے محفوظ رہتے ہیں۔
☆ ختنہ کے فوائد میں جنسی آسودگی کا پہلو بھی نظر انداز نہیں کیا جا سکتا کیونکہ مغربی ممالک میں جہاں پر بچوں کے ختنے نہیں کرائے جاتے وہاں پر جب یہ بچے بالغ

ہوتے ہیں تو وہ اپنی مرضی سے یہ عمل کراتے ہیں ان کے مطابق اس عمل کے بعد جنسی آسودگی میں اضافہ ہو جاتا ہے۔

اس عمل کے مخالفین کا موقف یہ ہے کہ:

☆ یہ ایک تکلیف دہ عمل ہے جو بالعموم سُن کرنے والی دوا استعمال کیے بغیر کیا جاتا ہے (امریکا میں ۴۵ فیصد معالجین بغیر سُن کیے ختنہ کرتے ہیں)۔

☆ اس سے پیشاب کی چھوت سے تحفظ محض چھ ماہ تک حاصل رہتا ہے۔

☆ عضوِ خاص کے سرطان کی شرح ایک لاکھ میں صرف ایک ہوتی ہے۔

☆ جنسی امراض سے تحفظ دعویٰ یقینی قرار نہیں دیا جا سکتا۔

☆ ختنہ سے مردانہ حس میں کمی واقع ہو سکتی ہے۔

☆ یہ ایک غیر ضروری عمل ہے۔ جس سے مردانہ عضو کی شکل بگڑ جاتی ہے۔

ختنہ کے فائدے کے اعتراف کی تاریخ بہت دلچسپ ہے۔ ۱۹۰۰ء کی ابتدا میں ڈاکٹر این۔ وائن برگ، ماؤنٹ سینائی ہسپتال میں مریضوں کے ریکارڈ کا مطالعہ کر رہے تھے تو ان کے مشاہدے میں ایک بات آئی کہ یہودی عورتیں عنق الرحم کے سرطان سے نسبتاً محفوظ رہتی ہیں۔ یہ ایک عجیب دریافت تھی کیونکہ یہاں ایک گروپ تھا جو سرطان کی عفریت سے دوسری عورتوں کے مقابلے میں محفوظ تھا۔

اس دریافت کے بعد نیویارک کے بلیو ہسپتال میں ڈاکٹر کپلان اور ان کے رفقاء نے ریکارڈ کا مطالعہ کیا اور وہ یہودی عورتوں میں عنق الرحم کے سرطان میں بہت کم مبتلا ہونے پر متعجب ہوئے۔ بعد ازاں ۱۹۲۹ء میں میوکلینک کے ماہرین امراض نسواں نے معلوم کیا کہ عنقی سرطان کی ۵۶۸ مریضوں میں سے ایک بھی یہودن نہیں تھی۔ حالانکہ میو ہسپتال میں یہودی ۷ فیصد داخل تھے تو قیاس کے مطابق ہونا تو یہ چاہیے تھا کہ ۵۶۸ میں سے ۷ فیصد یعنی تقریباً ۴۰ فیصد یہودی عورتوں کو رحم کے سرطان میں مبتلا ہونا چاہیے تھا، لیکن ایک یہودی عورت بھی اس مرض کا شکار نہیں ہوئی۔ اس سے پیشتر ۱۹۲۵ء میں اس سلسلے میں وسیع مطالعہ

کیا گیا جو ۱۴ تا ۸۶ عورتوں پر مشتمل تھا۔ اس مطالعے کے نتائج کے مطابق عنق الرحم کا سرطان غیر یہودی عورتوں میں یہودی عورتوں کی نسبت ساڑھے آٹھ گنا زیادہ تھا۔

آخر کار تمام ماہرین اس نتیجے پر پہنچے کہ یہودی عورتوں کو رحم کا سرطان نہ ہونے کی وجہ یہ ہے کہ ان کے شوہر مختون ہوتے ہیں۔ یعنی بچپن میں ہی یہودی لڑکوں کا بھی ختنہ کر دیا جاتا ہے۔

ایڈز ریسرچ کے ایک عالمی ادارے کے سربراہ اور ان کے ساتھیوں نے ایڈز پھیلانے والے کئی اہم معلومات دریافت کی ہیں مثلاً یہ کہ یہ مرض ایک فرد سے دوسرے فرد میں کیسے منتقل ہوتا ہے۔ مرد اور عورت کے جنسی اعضاء سے اس کا کیا تعلق ہے؟ اور اس کی نشوونما کیسے ہوتی ہے؟ مردوں میں کی جانے والی ریسرچ کی روشنی میں جو بات سامنے آئی ہے کہ کلفہ (ختنہ کے عمل سے کاٹے جانے والا حصہ) ایچ آئی وی (HIV) وائرس کی نشوونما میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔ متعلقہ ریسرچ سکالرز کا کہنا ہے کہ اب یہ حقیقت تسلیم کر لی گئی ہے کہ مردوں میں ایچ آئی وی انفیکشن کے سلسلہ میں کلفہ ایک اہم فیکٹر ہے، اس ٹیم کے اہم رکن ڈاکٹر رونالڈ کہتے ہیں کہ پہلے یہ نظریہ تھا کہ ایچ آئی وی پیشاب والی نالی (Urethra) کے ذریعے داخل ہوتا ہے مگر اب یہ نظریہ غلط ثابت ہو چکا ہے، تازہ تحقیق کے مطابق یہ مرد کے کلفہ کی جھلی (Mucous Membrane) کے ذریعے جسم میں داخل ہوتا ہے۔ ڈاکٹر رونالڈ کا کہنا ہے کہ کلفہ کی نمی ایچ آئی وی وائرس کے لیے بہت زیادہ سازگار ہوتی ہے، اس لیے غیر مختون مردوں میں ایڈز کا تناسب بہت زیادہ ہوتا ہے اور یہ ایڈز کا مرض پھیلانے میں سب سے زیادہ خطرناک ہیں۔ ختنہ کا ایک فائدہ یہ بھی ہے کہ عضوِ تناسل کا سر براہِ راست فرج (Vagina) کی دیوار سے رگڑ کھاتا ہے جس کی وجہ سے لذت و شہوت میں بھرپور اضافہ ہوتا ہے۔

یہ حکم اللہ تعالیٰ نے حضرت ابراہیم علیہ السلام کو ۴ ہزار سال پہلے دے دیا تھا۔ حالیہ تحقیقات سے بھی اس امر کی تصدیق ہو چکی ہے کہ رحم کے سرطان کا نسل، غذا یا علاقائی

حالات یا ماحول سے کوئی تعلق نہیں ہوتا، بلکہ یہ صرف مرد کے ختنہ نہ کرنے سے لاحق ہوتا ہے۔ واضح ہو کہ یہودی بھی مسلمانوں کی طرح ختنہ کراتے ہیں اور مسلمانوں کی طرح ہی اس مذہبی رسم کی پابندی کرتے ہیں۔

ذکر کے حصے (Parts of Penis)

ذکر کے تین حصے ہوتے ہیں:

۱۔ جڑ (Root)

یہ دو مضبوط ریشہ دار نالیوں کے ذریعے پیڑو کی ہڈی اور چوتڑ کی ہڈی کے ساتھ منسلک ہوتی ہے' یہ چوڑائی میں ہوتی ہے اور یہ عضوِ تناسل کی بنیاد ہے۔ جڑ کے دونوں جانب دو عضلات ہوتے ہیں جو ایستادگی میں معاون ہوتے ہیں' تمام جسم کی طرح اس عضو میں بھی خون شریانوں سے پہنچتا ہے اور وریدوں سے واپس آتا ہے۔ ایستادگی کے وقت وریدوں پر دباؤ پڑنے کی وجہ سے خون واپس جانے سے رُک جاتا ہے۔

۲۔ جسم (Body / Shaft)

جڑ سے لے کر حشفہ تک کا حصہ جسم کہلاتا ہے۔ دونوں اطراف میں متوازی اجسام جو کہ جوف دار ہوتے ہیں اور نیچے کی جانب سے اسفنجی جسم پر مشتمل ہوتے ہیں' یہ اجسام جھلیوں کے ذریعے آپس میں مضبوطی سے بندھے ہوتے ہیں اس کی بالائی سطح پر دو خاص قسم کی جھلیاں ہوتی ہیں جو بیرونی جلد کے زیریں حصے اور بالائی حصے پر واقع ہوتی ہیں' اوپر والی جھلی میں عضلاتی ریشوں کی بہتات ہوتی ہے اور نیچے والی جھلی نرم وملائم ریشم کی مانند خانہ دار ہوتی ہے جو اپنے سے نیچے واقع اجسام کی حفاظت کی ذمہ دار ہے' عضو کے پھیلنے سے یہ جھلیاں بھی پھیل جاتی ہیں اوپر والی جھلی اعصابی نظام سے منسلک ہونے کے سبب جسم کو متوازن رکھنے میں مددگار ہوتی ہے تا کہ عضو ایک خاص سمت میں کھڑا رہے۔ اس حصہ پر باریک ڈھیلی' لچکدار اور

نرم سی سیاہی مائل جلد ہوتی ہے جس پر کوئی بال نہیں ہوتے اور یہ جلد آگے پیچھے سرک سکتی ہے۔ اسفنجی اجسام یا خانوں کی لچک کم ہونے سے ذکر میں کمزوری واقع ہو جاتی ہے۔ قدرت کاملہ نے اسے خاص قسم کے اسفنج کی طرح مسام دار بنایا ہے تا کہ یہ آسانی سے سکڑاؤ اور پھیلاؤ کے عمل سے گزر سکے۔

۳۔ سر یا حشفہ (Glans)

یہ سپاری یا گول مخروطی شکل کا ہوتا ہے اور ذکر کا سر کہلاتا ہے یہ قدرے گول اور مخروطی شکل کا ٹوپی نما حصہ ہوتا ہے اس لیے عُرف عام میں اسے ٹوپی کے نام سے یاد کیا جاتا ہے اس کے سرے پر پیشاب کا سوراخ ہوتا ہے اسی سوراخ کے ذریعے منی کا بھی اخراج ہوتا ہے۔ ذکر کی گردن پر حشفہ کا اُبھرا ہوا گول کنارہ ہوتا ہے اس پر بے شمار ننھی ننھی گلٹیاں یا غدود (Tyson Glands) پائے جاتے ہیں جن میں ایک خاص قسم کی بدبُو دار سفید چربیلی رطوبت لخن (Smegma) نکلتی ہے (غیر مختون افراد میں یہ رطوبت نکل نکل کر خراش کا سبب بنتی ہے)۔ یہ عضو کا سب سے حساس حصہ ہوتا ہے جو گھونگھٹ کو حشفہ سے ملائے رکھتا ہے۔ اس میں ایک سطحی اور ایک گہری ورید گزرتی ہے اور دو شریانیں ورید کے دائیں بائیں ہوتی ہے جو ذکر کو خون رسد پہنچاتی ہیں۔ اس کے علاوہ اس میں دو اعصاب بھی پائے جاتے ہیں۔ حشفہ کے اُوپر جلد کا غلاف رگھونگھٹ (Prepuce/Foreskin) ہوتا ہے جسے یہود اور مُسلمان مذہبی شعار کے طور پر ختنہ کرا کر الگ کر دیتے ہیں۔

مشت زنی کے دوران ذکر کا سر یا حشفہ بہت زیادہ ذکی الحس ہو جاتا ہے جس کی وجہ سے معمولی سی سرسراہٹ بھی شہوت کا ذریعہ بن جاتی ہے اور لڑکا مشت زنی پر مجبور ہو جاتا ہے۔ اس کے علاوہ ذکر کا درمیانی حصہ جسے باڈی یا شافٹ کہا جاتا ہے مشت زنی کے سبب پتلا ہونے لگتا ہے جس کی وجہ سے ذکر کی موٹائی مناسب حد تک نہیں بڑھ پاتی۔ نا صرف یہ بلکہ ایسے افراد جو بہت عرصہ تک اس قبیح عادت کا شکار رہتے ہیں ان کے ذکر کی جڑ کا حصہ کمزور ہونے لگتا ہے اور اس کمزوری کے سبب ذکر کے بڑھنے اور اس کی سخت ہونے میں کمی

رہ جاتی ہے جسے طب کی زبان میں erectyle dysfunction کہا جاتا ہے اور یہ بیماری نامردی یا ضعفِ باہ کی ایک عام وجہ بنتی ہے۔

Pic - 1



جلق کی ابتدا کیسے ہوئی؟

جس طرح اغلام کی ایجاد کا سہرا قومِ لوط کے سر ہے اسی طرح جلق کے متعلق کہا جاتا ہے کہ اس کا موجد عرب کا ایک شخص "عمیرہ" تھا۔ بعض حکماء کا خیال ہے کہ اس فعل کی ابتدا افریقہ سے ہوئی۔ بہر حال اس کی ابتدا جیسے بھی ہوئی یہ عادت قدیم ایام سے کم و بیش جاری و ساری ہے۔ کہا جاتا ہے کہ مشت زنی کی تاریخ انسان سے بھی پرانی ہے۔ یہ عارضہ جانوروں میں بھی پایا جاتا ہے جیسے ہاتھی اپنی سونڈ کے ذریعے اپنے عضوِ تناسل کو چھیڑ کر مشت زنی کرتے ہیں، بندر بھی انسانوں کی طرح اپنے ہاتھوں (اگلے پاؤں) کے ذریعے جلق لگا کر انزال ہو جاتے ہیں اور عموماً جگالی کرنے والے جانور اپنے عضوِ تناسل کو جنگاسوں کے ساتھ رگڑ کر اپنے ذوق کی تسکین کر لیتے ہیں۔ لیکن جانوروں میں سب سے زیادہ چیمپینزی اس فعل کے لیے زیادہ مشہور ہیں۔

کہا جاتا ہے کہ قدیم مصریوں میں یہ فعل بطور تہوار کے بھی منایا جاتا تھا یعنی ایک مخصوص دن کو یہ فعل (مشت زنی یا جلق) انجام دیا جاتا تھا۔ 1700s and 1800 عیسوی میں مشت زنی کے عمل کو ذہنی و جسمانی کمزوری کے ساتھ ملایا گیا کہ یہ عمل کمزوری کا موجب ہے۔ اُس وقت کے کچھ نمایاں معالجین، سائنسدان، فلاسفرز اور مذہبی رہنماؤں کا یہ عقیدہ تھا کہ بیماری بالخصوص پاگل پن، سننے اور دیکھنے کے نقائص، مرگی، ذہنی پسماندگی اور مجموعی جسمانی عوارض محض مشت زنی کا ہی نتیجہ ہوتے ہیں۔ (بحوالہ: Greydanus DE and Geller B. Masturbation: historic perspective. New York State Journal of Medicine, November 1980)

مشت زنی کی تباہ کاریوں کے سبب اس کا خوف دنیا بھر میں پھیلا ہوا تھا اسی وجہ سے

اس سے بچاؤ کے لیے بہت سے طریقے رائج تھے جیسے کچھ مخصوص انسٹرومنٹ اس مقصد کے لیے استعمال کیے جاتے تھے۔ انیسویں صدی عیسوی میں John Harvey Kellogg نے "sex for anything but reproduction" کے عنوان سے پہلی بار عوام الناس کو مشت زنی سے بچانے کے لیے ایک رسالہ یا کتابچہ شائع کیا۔ اس کے بعد کیلاگ کے دیگر ہم عصر معالجین نے بھی مختلف ذرائع سے اس فعل کی مخالفت شروع کر دی۔ اسی وقت ختنہ کے عمل کو بھی رائج کیا گیا تاکہ اس کے ذریعے سے مشت زنی کے عمل سے بچا جا سکے۔ 1856 اور 1932ء کے درمیانی عرصہ میں یو ایس پےٹنٹ آفس نے 33 رکاوٹی یا پےٹنٹ اینٹی ماسٹربیشن ڈیوائسز متعارف کرائیں جن میں سے چند ایک کا مختصر اذکر کیا جا رہا ہے:

ا۔ کچھ افراد جو بہت زیادہ اس عادت کا شکار تھے انہیں اس طرح سے جکڑ دیا جاتا تھا کہ وہ اپنے عضو تناسل کو چھو نہ سکیں۔

۲۔ ایک مخصوص قسم کی لیدر جیکٹ تیار کی جاتی تھی جس میں عضو تناسل کے لیے علیحدہ سے ایک جیب یا خانہ بنا ہوتا تھا جس میں اسے ڈال کر کس دیا جاتا تھا۔

۳۔ رات کے وقت احتلام سے بچاؤ کے لیے یا ایسے افراد کے لیے جو رات کے وقت مشت زنی کے لیے مجبور ہو جاتے تھے ان کے لیے penis rings بنائے گئے تھے تاکہ عضو میں تناؤ نہ آسکے۔

۴۔ یہ بھی ایک طرح کا ایسا آلہ تھا جس کے ذریعے سے عضو کو کس دیا جاتا تھا تاکہ تناؤ نہ پیدا ہو سکے۔

۵۔ 1876ء میں ایک ایسی تھیلی یا پاؤچ تیار کی گئی جس میں عضو کو ڈال کر اُوپر سے بند کر دیا جاتا تھا اور اس تھیلی کو دونوں ٹانگوں کے درمیان رکھ کر باندھ دیا جاتا تھا اس عمل سے عضو میں تناؤ آنا ممکن نہیں ہوتا اور مشت زنی سے بچاؤ رہتا تھا۔

۶۔ ایک ایسا کپ جو کہ عضو کے سر کو ڈھانپ کر چین یا کلپ کے ذریعے سے پیلوس

تک لایا جاتا تاکہ تناؤ نہ پیدا ہو سکے۔ تناؤ پیدا ہونے کی صورت میں پہلوؤں کے بالوں میں درد شروع ہو جاتا تھا اور مشت زنی کے عمل سے نفرت ہونے لگتی تھی۔

۷۔ 1885ء میں The Handbook of Medicine میں ایک ایسی کیج (cage) متعارف کرائی گئی جو کہ اعضائے تناسل کو مکمل گھیر لیتی اور تناؤ کے وقت فرد اپنے عضو کو چھونے سے قاصر ہوتا تھا۔

۸۔ سکاٹ لینڈ کے ماہر فزیشن ڈاکٹر جون موڈی نے 1848ء میں ایک ایسا آلہ متعارف کرایا (اس آلے کو "ڈاکٹر موڈی آپریٹس فار بوائز" کا نام دیا گیا ہے)۔ یہ آلہ ایک ٹیوب پر مشتمل ہے جو کہ عضوِ تناسل کے اُوپر چڑھائی جاتی ہے۔ اس میں ایک سوراخ پایا جاتا ہے جو کہ پیشاب کرنے میں مدد فراہم کرتا ہے۔

۹۔ 1893ء میں ڈاکٹر فرینک آرتھ (Frank Orth) نے پینس کولنگ ڈیوائس (Penis-Cooling Devices) کے نام سے ایک ایسا آلہ ایجاد کیا جو کہ عضو کے تناؤ کے وقت اس پر چھا جاتا ہے اور اس پر ٹھنڈے پانی یا ٹھنڈی ہوا ڈالتا ہے جس کی وجہ سے عضو کا تناؤ کم ہو جاتا ہے یا ختم ہو جاتا ہے۔

۱۰۔ اسی دَور میں ایک ایسی جیکٹ تیار کی گئی جس کے ساتھ پینٹ بھی شامل تھی۔ اس پینٹ میں سٹیل کا ایک ایسا آلہ ڈالا گیا تھا جو کہ عضو کو اپنے اندر سمیٹ لیتا تھا اور اس کے تناؤ یا اکڑاہٹ میں رُکاوٹ کا باعث تھا۔

بیسویں صدی عیسوی میں مشت زنی کے عمل کو ایک انفرادی فعل تصور کیا گیا اور اسے محض ایک معمولی نفسیاتی عارضہ سمجھا گیا۔ 1950 سے 1960ء کے دوران جب جنس کو باقاعدہ ایک موضوع سمجھا گیا اور اس پر بہت سے مباحثے منعقد کیے گئے تو مشت زنی کو بھی باقاعدگی سے ڈسکس کیا گیا۔ کنسے رپورٹ (جو کہ 1948ء میں شائع کی گئی) کے مطابق مشت زنی کا عمل کو خواہ مخواہ پُراسرار بنایا گیا ہے حالانکہ یہ فائدہ مند ہے۔ 1966ء میں ماسٹرز اینڈ جونسن (Masters & Johnson) نے اپنی رپورٹ میں واضح کیا کہ یہ عمل

ناصرف نارتھ امریکہ بلکہ دُنیا بھر کے انسانوں میں (بلکہ ہر دو جنس میں) پایا جاتا ہے۔ 1971ء میں گولڈ سٹین ہیبرل اور میک برائڈ (Goldstein, Haeberle & McBride) نے بھی مشت زنی کے عمل کو بہت عام خیال کیا اور اسے انسانوں میں ایک عام جنسی فعل سمجھا۔

خود لذتی یا جلق کی ترکیب ڈاکٹر ہیویلاک ایلس نے وضع کی تھی، خود لذتی یا جلق خودکاری (Self Manipulation) سے وسیع تر مفہوم رکھتی ہے، خودکاری کا مطلب ہے کہ اپنے اعضائے تناسل کو مختلف طریقوں سے چھیڑ کر منزل ہونے کی کوشش کرنا۔ خود لذتی میں بغیر کسی خارجی توسط کے اپنے ہی جسم سے لطف اندوز ہونے کی کوشش کی جاتی ہے۔ خود لذتی اور نرگسیت (انا کا جنسی پہلو یعنی اپنی ذات سے محبت کرنا) لازم و ملزوم ہیں۔

بہر حال ہر نوجوان میں جلق کی ابتدا کے پیچھے ایک دلچسپ واقعہ ہوتا ہے، بسا اوقات نوجوان نفسانی ہیجان کے ریلے میں بے اختیار بہہ جاتے ہیں، اپنے جذبات کی شورش پر قابو نہیں رکھ سکتے اور خود لذتی کی طرف مائل ہو جاتے ہیں۔ عام حالات میں اُن سے بڑی عُمر کے لڑکے انہیں اس راہ پر ڈال دیتے ہیں لیکن بعض دفعہ نفسانی ہیجان ہی انہیں یہ طریقے سکھا دیتا ہے اور وہ کسی نہ کسی طرح جنسی خواہش کے جوش و خروش کو رفع کرنے میں کامیاب ہو جاتے ہیں۔ برٹرینڈ رسل اپنی آٹو بائیوگرافی میں لکھتا ہے:

"پندرہ برس کی عُمر میں ڈیسک کے ساتھ لگ کر بیٹھتے ہوئے مجھے سخت خیزش ہوتی اور میں جلق لگانے لگتا البتہ اِس میں مَیں نے کثرت کبھی نہیں کی، میں اس پر شرمسار ہوتا اور اِسے ترک کرنے کی کوشش کرتا تاہم مَیں بیس برس کی عُمر تک جلق لگاتا رہا، تا آنکہ عشق میں مُبتلا ہوا اور یہ عادت ترک کر دی۔"

ابتداً جلق محض جسمانی جنسی ہیجان کی تسکین کا ذریعہ ہوتا ہے۔ جلق کی یہ صورت جانوروں میں بھی دیکھی گئی ہے اور زیادہ تر کتے اور گھوڑے اس میں مبتلا ہوتے ہیں۔ مقید ہونے کی صورت میں بندر اور ہاتھی بھی اس فعل کا ارتکاب کرتے ہیں۔ ماہر جنسیات آسواللہ

شوارز اپنی کتاب Sex Psychology میں لکھتا ہے کہ جلق ہر قسم کے غیر جنسی تناؤ کو ختم کرنے اور سکون دینے کا ذریعہ ہے اور اس میں بچوں کا جلق بھی شامل ہے جوان کی ناخوشگواری کا مداوا ہے۔ آسوالڈ شوارز مزید رقمطراز ہیں کہ بعض لوگ اس لیے جلق لگاتے ہیں کہ وہ بے چینی اور ذہنی تناؤ کے باعث سو نہیں سکتے اور اس تناؤ کو شہوانی تسکین کے ذریعے ختم کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔ آسوالڈ شوارز نے اس جذبے کو شہوانی کہا ہے جنسی نہیں۔ کیونکہ آسوالڈ شوارز کے نزدیک یہ فعل قطعاً غیر جنسی ہے۔

سن شعور سے جب جنسی تحریک غالب آجاتی ہے تو عضوی عمل صحیح جنسیت سے زیادہ وابستہ ہو کر اس کی اجارہ داری میں آجاتا ہے اور اپنے نقطہ کمال تک پہنچ جاتا ہے۔ یہ اندر سے پیدا ہونے والی جنسی تحریک جنسی نوعیت کے دماغی تصورات کو ابھارتی ہے جو جلق کی طرف مائل کرتے ہیں۔ محض اس مرحلہ پر جلق حقیقتاً مگر نامکمل جنسی فعل کی صورت اختیار کرتا ہے۔ یہ دماغی تصورات یا تو محض عورت کی خیالی صورت ہوتے ہیں یا ایسے مناظر ہو سکتے ہیں جن میں مرد عملی طور پر حصہ لے سکتا ہے یا محض تماشائی ہوتا ہے۔ یہ مناظر سابق تجربات کا اعادہ بھی ہو سکتے ہیں اور کتابو میں پڑھی ہوئی یا فلموں میں دیکھی ہوئی مہمات کا عکس بھی ہو سکتے ہیں۔ عموماً جب کوئی نوجوان جلق لگاتا ہے تو وہ یقینی طور پر کسی کو تصور میں لاتا ہے اور عموماً وہ فلمی ایکٹریس ہی ہوتی ہے جو کہ جلق کا باعث بن کر اسے تسکین پہنچاتی ہے۔

جسم کی طرح ذہن بھی بتدریج نشوونما کے دَور سے گزرتا ہے اور نشوونما کے دَور سے گزر کر ہی جسم اور ذہن دونوں بلوغت کو پہنچتے ہیں اور یہ ہی صحیح وقت ہوتا ہے جب جنسی جذبہ پورے عروج پر پہنچتا ہے اور یہی فطری اور طبعی نشوونما کا درجہ ہوتا ہے۔ لیکن اکثر یہ ہوتا ہے کہ کسی نہ کسی تحریک کے سبب بالغ ہونے سے قبل ہی جنسی تحریک پیدا ہو جاتی ہے اور قبل از بلوغ جنسی بیداری مختلف قسم کی ذہنی اُلجھنوں اور جذباتی کشمکش کا سبب بن جاتی ہے۔

اس حقیقت سے بھی انکار ممکن نہیں ہے کہ جسم کے وہ اعضاء جن تعلق تولید و پیدائش کے عمل سے ہوتا ہے، غیر معمولی طور پر حساس واقع ہوئے ہیں: ذرا سی تحریک سے ان میں

بیداری پیدا ہو جاتی ہے اور ان کی یہی شدید حساسیت اور اثر پذیری خودلذتی یعنی مشت زنی کی بنیاد ہے۔ انسان چوں کہ از خود ہر چیز سیکھنے پر مجبور ہے، جن میں جنسی اعمال کی غلطی بھی شامل ہے اور یہ غلطی آموزش کے دوران ہی صادر ہوتی ہے۔ ہر دو جنس ہاتھ پاؤں کی حرکات کو سیکھنے کی طرح جنسی اعضاء کی کارکردگی بھی سیکھنا اور سمجھنا چاہتے ہیں اور یہ اعضاء چوں کہ لذت کے مخزن ہیں اور انہیں چھوتے ہی نفس میں برقی لہر دوڑ جاتی ہے اور ایک ایسی لذت کا احساس ہوتا ہے جو عقل کو مدہوش کر دیتی ہے۔ ایسی ہی حالت میں انسانی نفس کے اندر ایک دھماکہ ہوتا ہے اور جنسی ہیجان کا چشمہ پھوٹ نکلتا ہے۔

لڑکیوں میں بھی اسی طرح انگشت زنی کی ابتدا ہوتی ہے، جس کی ابتدا زیادہ تر بڑی عمر کی لڑکیاں چھوٹی عمر کی لڑکیوں کو استعمال کر کے کرتی ہیں اور یہی چھوٹی لڑکیاں بعد ازاں اس عمل کی عادی ہو جاتی ہیں۔ ایسی لڑکیوں کی بے شمار کہانیاں ہوتی ہیں جو کہ عموی پریکٹس میں دیکھنے اور سننے میں آتی ہیں۔ ایسی لڑکیاں جب مجبور ہوتی ہیں تو کوئی بھی شے (جیسے کھیرے، مولی وغیرہ اور ستار چھلی تو بہت زیادہ عام استعمال ہوتا ہے، کئی ڈھیروں پر کنڈوم چڑھے سٹے اس بات کے واضح ثبوت ہیں) اپنے اعضائے تولید میں داخل کرنے کی کوشش میں زخمی ہو جاتی ہیں اور جب انہیں کچھ بھی نہیں ملتا تو محض تکیے پر ہی تکیہ کر لیتی ہیں۔

تقریباً ہر فرد ہی اس لذت سے آشنا ہوتا ہے اور ان میں سے کئی افراد بالغ ہونے پر اس عادت کو چھوڑ دیتے ہیں لیکن کچھ میں یہ عادت شادی کے بعد بھی جاری رہتی ہے اور وہ اس کے سوا کسی طرح بھی لطف اندوز نہیں ہو پاتے۔ اس کی وجہ یہی ہے کہ بچپن میں انسان کو مرد ہو یا عورت جو جذباتی تجربہ ہوتا ہے وہ عمر بھر کے لیے ذہن پر نقش ہو جاتا ہے اور ایسے افراد جو خودلذتی باضابطہ جنسی عمل سے کہیں زیادہ اطمینان بخش ہوتی ہے۔

ایسے افراد جو باضابطہ جنسی عمل کے کئی مواقع ملتے ہیں لیکن وہ مشت زنی کو ہی ترجیح دیتے ہیں؛ اس حوالے سے ایک کیس بیان کرتا ہوں؛ کچھ ہفتے قبل ایک جوڑا میرے پاس آیا، بیوی انتہائی حسین و جمیل لیکن چہرے سے پژمردگی نمایاں ہے جب کہ شوہر کو پیٹ باہر کو

نکلا ہوا اور ڈھیلے جسم کا مالک اس کے ساتھ ساتھ شوہر انتہائی احساسِ کمتری کا شکار تھا اور اسی وجہ سے اُس کی بیوی نے ہی علیحدگی میں سارا ماجرا بیان کیا جو کچھ ایسے تھا:

''ہماری شادی کو دو سال ہو گئے ہیں اور میں اپنے شوہر کو شادی سے پہلے ہی پسند کرتی تھی اور یہ بھی ایک حقیقت ہے کہ مجھے زندگی میں پہلی مرتبہ کسی مرد سے پیار ہوا اور انہوں نے بھی مجھے انتہائی شفقت' چاہت اور پیار کا احساس دیا۔ میں انہیں کسی صورت کھونا نہیں چاہتی لیکن جب ہماری شادی ہوئی اور سہاگ رات کے سپنے سجائے ہوئے میں دلہن بنی بیٹھی تھی اور اتنے برسوں سے جس قرب کا انتظار کر رہی تھی' سوچا کہ وہ ابھی دُور ہوگا' لیکن ہائے میرا مقدر' میں جوں کی توں رہی؛ وہ میرے قریب آئے؛ میرے اُبھرے ہوئے جسم کو زور سے دباتے رہے اور مجھے زخمی کر دیا؛ بعد ازاں مجھے اپنی بانہوں میں لیا اور میرا ہاتھ نیچے لے جا کر اس میں کچھ تھما دیا اور اپنے ہاتھ سے میرے ہاتھ کو حرکت دینے کی ترغیب دی؛ میں نے ایسے ہی کیا؛ کچھ ہی وقت گزرا تو میرا ہاتھ گیلا ہو گیا۔ خیر پہلی رات اسی طرح ہاتھ کی گندگی کے ساتھ گزری۔ سوچا کہ شاید دوسری رات کچھ کریں۔ لیکن یقین کریں کہ وہ ابھی تک میرے ہاتھوں سے ہی اپنا ذوق پورا کر رہے ہیں اور مجھے محض انگلیوں پر لگایا ہوا ہے۔ ڈاکٹر صاحب یقین کریں کہ ان دو سالہ ازدواجی زندگی میں مجھے صرف ایک بار تسکین کا احساس ہوا اور اس کے لیے مجھے یقین ہے کہ انہوں نے کوئی دوا کھائی ہوگی کیوں کہ اس کے بعد ان کی وہی پرانی حالت لوٹ آئی تھی اور آج تک وہ میرے ہاتھوں پر ہی انحصار کرتے ہیں۔''

قارئین محترم! یہ صرف ایک لڑکی کی سرگزشت نہیں ہے ہمارے معاشرے میں ہزاروں لڑکیاں اسی قسم کے حوادث کا شکار ہیں لیکن کوئی کسی بھی طرح اپنی ضرورت پوری کر لیتی ہے اور کوئی اپنے ارمانوں پر پانی ڈال کے سوئے رہتی ہے۔ ضرورت اس اَمر کی ہے کہ اس حوالے سے مکمل رہنمائی فراہم کی جائے تا کہ خاوند بیوی نہ صرف ایک دوسرے سے لطف اندوز ہوں بلکہ شادی کا ایک بڑا مقصد (نسل بڑھانے کا) بھی حاصل ہو۔ ایسی

صورتِ حال میں محض کسی کی بیماری یا عادت پر ہنس دینا یا انہیں کوئی ایک نسخہ دے کر ٹال دینا علاج نہیں بلکہ ان دونوں (میاں بیوی) کا مکمل نفسیاتی علاج ضروری ہوتا ہے تا کہ یہ صحیح معنوں میں اپنی زندگی سے لطف اندوز ہو سکیں۔

اسی طرح کئی مرد یہ شکایت کرتے ہیں کہ ان کی بیویاں ان کے ساتھ مکمل تعاون نہیں کرتیں اور محض کسی کھلونے کی طرح چپ سادھ کر لیٹ جاتی ہیں۔ یہ امر بھی مردوں کو دیگر ذرائع استعمال کرنے پر مجبور کرتا ہے کیوں کہ ایسے حالات میں مرد کے عضو تناسل کو جس سختی اور پکڑن چاہیے ہوتی ہے وہ نہیں مل پاتی کیوں کہ قدرت نے عورت کا جسم (وہ حصہ جہاں مرد اپنے عضو کو داخل کرتا ہے یعنی وجائنا) ایسا بنایا ہے کہ وہ ڈھیلا ہوتا ہے اور جب تک عورت نفسیاتی اور جسمانی دونوں طرح سے اس عمل کے تیار نہ ہو تو مرد کے عضو کو سختی یا پکڑن محسوس نہیں ہوتی جس کی وجہ سے وہ تشنہ رہ جاتا ہے۔ لڑکی کو چاہیے کہ وہ اپنے خاوند کی ہر ضرورت کو پورا کرے تا کہ وہ اس کے جسم سے صحیح معنوں میں تسکین حاصل کر سکے، لیکن ہمارے ہاں مشرقی لڑکی اپنا فرض بس اتنا ہی سمجھتی ہے کہ جب خاوند پاس آئے تو اپنے جسم کا کچھ حصہ اس کے آگے کر کے اس کا پانی نکال دو۔ ایسے حالات میں مرد نفسیاتی طور پر مطمئن نہیں ہوتا جس کی وجہ سے وہ دیگر ذرائع ڈھونڈتا ہے۔ جس میں سے آسانی سے میسر آنے والا ذریعہ مشت زنی ہی ہے اور اس ذریعے سے اسے سختی محسوس ہوتی ہے اور وہ صحیح مزہ لے لیتا ہے۔ رفتہ رفتہ اس کی یہ عادت پختہ ہوتی چلی جاتی ہے اور اسے اپنے بچپن کا زمانہ لوٹتا ہوا محسوس ہوتا ہے اور وہ اسی زمانے میں ہی رہنا پسند کرنے لگتا ہے۔

مشت زنی کی عادت کو چھوڑنا انتہائی مشکل امر ہے اور ایک اچھی اور جنسی طور پر بیدار بیوی ہی اپنے خاوند کی اس عادت کو چھڑانے میں مددگار ثابت ہو سکتی ہے اور جہاں تک اس حوالے سے دوائی علاج کا تعلق ہے تو عرض کر دوں کہ دوائی تب ہی کوئی اثر دکھائے گی جب مرد خود اس طرف مائل ہو گا یعنی وہ خود اس عادت کو چھوڑنے پر تیار ہو گا۔ بہت سے شادی شدہ مردوں کو لاحق یہ مسئلہ اور گزشتہ صفحات پر بیان کردہ ایک عورت کا کیس حل کرنے کے

لیے دواؤں سے زیادہ ہدایات دی گئیں۔ ایسی خواتین جو مردوں کا مسئلہ لے کر آئیں یا مرد جو اپنے اس مسئلے سے تنگ ہو کر علاج کی غرض سے آئیں، ہر دو صورتوں میں عورت کا علاج ضروری ہے؛ جی ہاں ایسے کیسز میں عورت کو یہ ہدایات دیں کہ وہ اپنے تولیدی اعضاء کو اس قابل بنائے کہ وہ اپنے خاوند کے عضو کو اس قدر لذت دے کہ وہ ہاتھ کی لذت کو بھول جائے۔ اس مقصد کے لیے کوئی خاص فارمولا یا دوا نہیں ہے (ہاں کچھ عورتوں میں جو کہ عموماً بچوں کی پیدائش کے بعد وجائنا کے بہت زیادہ کھلے ہونے کی شکایت کرتی ہیں ان کے لیے ہومیو پیتھک دوائیں انتہائی کامیابی سے استعمال کرائی جا سکتی ہیں) بلکہ ایک ہی حل بتاتا ہوں جو کہ کیگل ورزش کا ہے۔ کیگل ورزش کے ذریعے عورت اپنے تولیدی اعضاء کو اس قابل بنا لیتی ہے کہ وہ مردانہ عضو کو اپنے اندر سختی سے جھینپ لے تاکہ مرد بے پناہ لذت سے مخمور ہو کر آئندہ اسی راستے کا رُخ کرے اور باقی سب کچھ بھول جائے۔



جلق لگانے والوں کے اعداد و شمار

جنسی رویوں کے ابتدائی محقق الفریڈ کینسے کی تحقیق کے مطابق امریکہ میں ۹۵ فیصد لوگ اس عادت کا شکار ہیں۔ سیکس پر بہت زیادہ کام کرنے والی معروف محققہ شیری ہائٹ کی سروے رپورٹ ''ہائٹ رپورٹ'' کے مطابق ۹۹ فیصد مردوں نے کبھی نہ کبھی مُشت زنی کی ہوتی ہے۔ جب کہ ایک فیصد لوگ ایسے ہوتے ہیں جنھیں شروع میں ہی سیکس کے مواقع میسر آ گئے ہوتے ہیں یا پھر ان کی شہوت اس قدر شدید نہ تھی کہ انہیں مُشت زنی کی ضرورت پیش آتی۔ ایک عام طبقہ کے مطابق ہر شخص نے مُشت زنی کی ہوتی ہے، جو انکار کرتے ہیں وہ سراسر جھوٹ بول رہے ہوتے ہیں۔

☆......☆......☆

جلق بیماری یا عادت

مُشت زنی یا جلق بیماری ہے یا عادت؟ اس سلسلے میں محققین یہی کہتے ہیں کہ شروع میں یہ بطور عادت پروان چڑھتی ہے اور بعد میں بیماری کی صُورت اختیار کر لیتی ہے۔ اگر اس کو عادت ہی مان لیا جائے تو یہ ایسی عادت ہے جو مرضیاتی کیفیات سے جنم لیتی ہے، یعنی یہ ایک ایسی عادت ہوتی ہے جس سے چھٹکارا ممکن نہیں رہتا۔

اکثر سائیکاٹرسٹ اور سائیکالوجسٹ جلق کو جنسی تسکین کا فطری اور نارمل فعل تصور کرتے ہیں۔ لیکن یہی فعل اس وقت مرض کی شکل اختیار کر لیتا ہے جب اس پر اختیار نہ رہے اور فرد اس عادت کا غُلام بن جائے۔ اکثر شادی شُدہ لوگ بھی اس عادت میں مُبتلا پائے گئے اور کئی لوگ تو جماع پر مُشت زنی کو ترجیح دیتے ہیں۔ اس کے عمومی اسباب میں مرد کا عورت سے نفرت کرنا یا عورت کا جماع کے دوران مرد کے ساتھ بھرپور تعاون نہ کرنا ہے۔ ایسی حالت میں مرد کو جماع کے دوران بھرپور لطف حاصل نہیں ہو پاتا جس کی وجہ سے وہ مشت زنی کرنے پر مجبور ہو جاتا ہے۔

☆......☆......☆

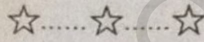
جلق لگانا کب جائز ہے؟

احیا العلوم الدین میں امام غزالیؒ خودلذتی (ہتھ رسی۔ مُشت زنی) کے متعلق فرماتے ہیں کہ حیض کے دنوں میں مرد کا اپنی بیوی سے مباشرت کرنا حرام ہے قرآن پاک میں صاف طریقے سے اس کی ممانعت کی گئی ہے (سورہ بقرہ میں) پیچھے کے راستے میں عورت سے مباشرت اس سے بڑا جرم ہے، حیض کے دنوں میں عورت سے مباشرت کرنا نجاست اور گندگی ہے، جب کہ یہ گندگی وقتی اور عارضی ہوتی ہے پیچھے کے راستے یہ گندگی مستقل اور دائمی ہوتی ہے، اس لیے عورت کے ساتھ پیچھے کے راستے مباشرت کرنا، حیض کے دوران اس سے مباشرت کرنے سے زیادہ بڑا اور سخت گناہ ہے، اب اس عرصہ میں مرد کے لیے زنا کی بڑی بُرائی سے بچنے کے دو ہی راستے ہیں، مباشرت کے بغیر دوسرے طریقوں سے بیوی سے لطف اندوز ہو کر وہ اپنی جنسی تسکین کا سامان کر لے اور دوسرا طریقہ یہ ہے کہ زنا، حیض کے دوران مباشرت اور پیچھے کے راستے میں مباشرت کی بڑی برائیوں کے مقابلے میں چھوٹی برائی، عورت کے ہاتھوں سے منی کا اخراج' کا سہارا لے کر اپنی جنسی ضرورت پوری کر لے۔ کئی اور فقہا نے بھی شرطیہ یہ اجازت برقرار رکھی ہے لیکن صرف حالتِ اضطرار میں، جیسا کہ "درمختار" میں ہے: "اگر اس کے زنا میں مبتلا ہونے کا خطرہ ہو تو اُمید کی جاتی ہے کہ اس پر وبال نہ ہوگا"

دورانِ پریکٹس بہت سے افراد کے مسائل سُن کر لگتا ہے کہ مشت زنی کی اجازت دینا ہی بہتر ہے کیوں کہ ان افراد کے بقول جب ان کا ذہن جنسی جذبے سے لبریز ہوتا ہے تو انہیں حلال حرام رشتے کی بھی تمیز نہیں رہتی اور اپنے گھر میں موجود بہنوں یا دیگر رشتہ دار عورتوں سے متعلق بھی سوچنے پر مجبور ہو جاتے ہیں تو ان کے لیے دوا دینے کے ساتھ ساتھ

اعتدال کے ساتھ مشت زنی کی اجازت دینا ضروری ہو جاتا ہے۔ لیکن اضطراری مجبوری سے ہٹ کر کوئی شخص محض تفریح طبع کے لیے یہ حرکت کرتا ہے تو اس کے گناہ گار ہونے میں کوئی شُبہ نہیں ہے۔

اس حقیقت سے انکار ممکن نہیں ہے کہ موجودہ دَور میں کنوارے یا بغیر بیوی کے رہنے والے افراد کو جنسی ہیجان میں مبتلا ہونے سے کیسے روکا جا سکتا ہے؟ ایسے افراد سے متعلق خدشہ ہوتا ہے کہ یہ شہوانی اشتعال کے عالم میں حد سے ہی نہ گزر جائیں۔ موجودہ دَور میں رائج سسٹم جس میں فلم، ٹی وی، اخبارات، رسائل، اشتہارات، مضامین، ملبوسات، فیشن اور سب سے بڑھ کر بازاروں میں حسین و جمیل چہروں کا انتہائی عریاں لباس زیب تن کر کے آنا، ایسے حالات میں کسی فرد کی جنسی زندگی کو پوری طرح صحت مند بنا دینا کیوں کر ممکن ہے؟



بچوں میں جلق لگانے کی ابتدا؟

عام طور پر یہ خیال کیا جاتا ہے کہ بچہ بلوغت سے پہلے جنس کے متعلق کچھ نہیں جانتا لیکن یہ ایک فرسودہ خیال ہے اور ماہرینِ نفسیات نے اس کو یکسر غلط ثابت کر دیا ہے، چھوٹے چھوٹے بچوں میں بھی جنسی بے چینی بدرجہ اتم موجود ہوتی ہے اور اگر والدین اس طرف دھیان دیں تو ان کو بہت جلد اس کا پتہ چل جائے گا' لیکن والدین کو اس چیز سے پریشان نہیں ہونا چاہیے بلکہ انہیں اس چیز کو بچے کا فطری جذبہ سمجھنا چاہیے کیونکہ جہاں وہ بڑا ہو کر دُنیا جہاں کی معلومات اکھٹی کرنا چاہتا ہے تو جنس کے متعلق اپنی معلومات کیوں نہ بڑھائے۔ بچہ جب اپنے عضو کو دیکھتا ہے یا اس میں خیزش محسوس کرتا ہے اور چھونے سے اُس کو گونا گوں لذت محسوس ہوتی ہے تو اُس کا ذوقِ تجسس مزید بیدار ہونا شروع ہو جاتا ہے۔

بچہ جب دُنیا میں آتا ہے تو سب سے پہلے اپنے جسم سے آشنائی حاصل کرتا ہے سب سے پہلے وہ اپنے ہاتھوں کا استعمال کرتا ہے انگوٹھے کو چُوستا ہے ہاتھ کو منہ میں لے جانے کی کوشش کرتا ہے اور پھر آہستہ آہستہ جسم کے باقی اعضاء کی طرف دھیان دینا شروع کرتا ہے۔ اگر اس کو آزادانہ ماحول مل جائے تو وہ یہ بھی سوچتا ہے کہ اس کا جسم اپنی بہن یا کسی پڑوس کی بچی سے مختلف کیوں ہے، یہ سوال جو بار بار اس کے ذہن میں پیدا ہوتا ہے کوئی گناہ نہیں ہے کیونکہ انسانی فطرت میں تجسس موجود ہوتا ہے اور اسی تجسس کو دُور کرنے کے لیے اپنے سوالات کے جواب تلاش کرنے میں لگ جاتا ہے۔ اس لیے والدین کو چاہیے کہ بچہ جو بھی سوال کرے اُس کو مناسب جواب دے کر مطمئن کیا جائے کیونکہ اگر اس وقت یہ متجسس پن ختم نہیں ہوگا تو یہ باتیں اس کے لاشعور میں گھر کر جائیں گی جو کہ بعدازاں اس کو نفسیاتی و

ذہنی طور پر بیمار کرسکتی ہے یا وہ ایسے دوستوں یا اپنی عمر سے بڑے لوگوں میں اٹھنا بیٹھنا شروع کردے گا اور ممکن ہے کہ مختلف جنسی کجرویوں کا شکار ہو کر اپنی جنسی زندگی کو تباہ کرلے۔

بچوں کو اکثر اوقات جنس کے اختلاف سے خوف محسوس ہوتا ہے کیونکہ جب کبھی بچہ اپنی ماں اور بہن کے جسم کو عریاں حالت میں دیکھتا ہے تو حیران ہو جاتا ہے کہ ان کے پیشاب کا آلہ غائب ہے تو وہ اس جستجو میں لگ جاتا ہے کہ کہیں ایسا تو نہیں پہلے ان کا آلہ موجود تھا لیکن اب کسی وجہ سے غائب ہو گیا ہو' اسی لیے بچوں کو اکثر اس بات کا ڈر لگا رہتا ہے کہ ان کے پیشاب کی جگہ کو کوئی نقصان نہ پہنچ جائے۔ عموماً ایسے بچے جن کے ختنے ذرا بڑی عمر میں کیے جاتے ہیں وہ یہ سمجھتے ہیں کہ ان کو اس عضو سے محروم کردیا گیا ہے اور یہ بات اُن کے ذہن میں بیٹھ جاتی ہے جو کہ بعد ازاں مختلف قسم کی ذہنی ونفسیاتی بیماریوں کا پیش خیمہ ثابت ہوتی ہے۔

ہمارے معاشرے کا ایک اور اہم مسئلہ جسے عموماً لوگ نظرانداز کردیتے ہیں وہ یہ ہے کہ بعض لوگ اپنے بچوں کو کافی عرصہ تک اپنے ہی کمرے میں سُلاتے ہیں' اس سے بچوں میں بہت سی نفسیاتی اُلجھنیں پیدا ہوتی ہیں جن سے والدین بے خبر رہتے ہوئے بچوں کو ۵'۶ سال کی عُمر تک اپنے ہی کمرے میں سُلائے رکھتے ہیں' اور چونکہ بچپن کے ابتدائی سالوں میں عام خیال کے برعکس بچے میں جنسی ادراک پیدا ہو جاتا ہے (گو کہ یہ شعور اس قسم کا نہیں ہوتا جیسا کہ بلوغت کے وقت ہوتا ہے) اور عموماً جب بچے کی رات کو کسی وقت آنکھ کھلتی ہے تو اپنے ماں باپ کو عجیب کیفیت میں مبتلا دیکھتا ہے تو سہم جاتا ہے اور بظاہر سونے کی اداکاری کرتے ہوئے سارا نظارا دیکھ رہا ہوتا ہے' اس سے بچہ یہ نتیجہ اخذ کرتا ہے کہ میرے والدین کے درمیان ایسے تعلقات ہیں جو کہ میرے اور اُن کے درمیان نہیں ہیں' جیسے جیسے وقت گذرتا جاتا ہے یہ بات اُس کے ذہن میں پرورش پاتی رہتی ہے اور بالآخر وہ یہ سمجھنے لگتا ہے کہ ان تعلقات کی بنیاد جنس ہے۔ جب بچہ کافی عرصہ تک والدین کے کمرے میں سوتا رہے گا تو بڑی حد تک ان کے جنسی تعلقات سے واقفیت حاصل کرلے گا اور یہ باتیں وہ

اپنے نقطۂ نظر اور انداز فکر سے دیکھے و سوچے گا اور اسی طرح چھوٹی سی عمر سے ہی اس میں جنسی خیالات پروان چڑھنا شروع ہو جائیں گے اور ان میں سے کئی بچے اپنی بہن یا دوسرے ساتھیوں کے ساتھ رات کے نظاروں کو دن کے وقت ریہرسل کرتے دیکھے گئے ہیں گو کہ ان حرکات میں ان کی جنسی جبلت یا لطف شامل نہیں ہوتا لیکن وہ ایسی باتیں جو رات کو دیکھی گئی ہیں ان کو عملی طور پر کر کے دیکھنا چاہتے ہیں اور جب انہیں ایسی حرکات سے لطف حاصل ہوتا ہے تو وہ آہستہ آہستہ مُشت زنی کی عادت کی طرف راغب ہونا شروع کر دیتے ہیں۔ عموماً ایسے بے راہ رو بچوں کے ذہنی تجزیہ کے دوران یہ بات پتہ چلتی ہے کہ بچپن میں وہ اپنے والدین کے ساتھ بہت عرصہ تک ایک ہی کمرے میں سوتے رہے ہیں یا پھر ان کی جنسی معلومات کو دبا دیا گیا ہے۔

جب تجزیے کے دوران ایسے بچوں کے والدین کا انٹرویو کیا جاتا ہے تو عموماً والدین اس بات کو دبانے کی کوشش کرتے ہیں کہ ہم تو مباشرت سے قبل اچھی طرح یہ یقین کر لیتے ہیں کہ بچہ گہری نیند سو رہا ہے کہ نہیں، لیکن کئی بار ان کے اندازے غلط بھی ہو سکتے ہیں یعنی بچہ کچی نیند میں ہوتا ہے یا جاگ رہا ہوتا ہے کیونکہ اگر اس سے بیشتر بچے نے ایک بار بھی مباشرت کا سین دیکھ لیا تو وہ بعد میں کئی راتیں سو نہیں سکتا اور اسی تگ و دو میں رہتا ہے کہ دوبارہ اس منظر کو غور سے دیکھا جائے اس لیے ہو سکتا ہے کہ جسے والدین بچے کی گہری نیند تصور کر رہے ہوں وہ بچے کی اداکاری ہو۔ مزید برآں انسان کو نیند کے دوران بھی جب کبھی ہلکے سے شور سے نیند میں خلل واقع ہوتا ہے تو باہر کی چیزوں کے نشانات اور علامات کو عجیب عجیب شکل میں بذریعہ خواب نظر آتے ہیں، کئی بار یہ مشاہدہ کیا گیا ہے کہ انسان پیاسا ہی سو جائے تو رات کو وہ خواب میں پانی ڈھونڈتا رہتا ہے، اسی طرح کوئی شخص جو سگریٹ سلگائے سو جاتا ہے تو اس کے لحاف پر سگریٹ کی وجہ سے تپش محسوس ہوتی ہے لیکن اس کی آنکھ نہیں کھلتی اور وہ خواب میں یہ دیکھتا ہے کہ وہ میدان حشر میں کھڑا ہے اور اپنے آپ کو آگ کے قریب پاتا ہے اور سمجھتا ہے کہ یہ آگ مجھے جلا دے گی، اسی اثنا میں اُس کی آنکھ کھل

جاتی ہے تو کچھ اور ہی حقیقت اُس کے سامنے آتی ہے۔

یہی حال بچے کا بھی ہوتا ہے جب بچہ والدین کے کمرے میں سوتا ہے اور والدین جب حالت جماع میں ہوتے ہیں تو کمرے میں موجود چیزوں میں حرکت پیدا ہوتی ہے جس کی وجہ سے مختلف قسم کی آوازیں پیدا ہوتی ہیں' اور یہی چھوٹی چھوٹی حرکات و آوازیں بچے کو خواب میں کسی اور ہی انداز میں محسوس ہوتی ہیں اور عمومی طور پر بچہ یہی خواب دیکھتا ہے کہ باپ اس کی ماں کو مار رہا ہے یا کسی قسم کا نقصان پہنچا رہا ہے وہ اپنی ماں کو تکلیف میں نہیں دیکھ سکتا اور اٹھ بیٹھتا ہے۔ ایسی ہی کیفیات کی وجہ سے بچوں میں مختلف قسم کی عادات پروان چڑھتی ہیں جیسے بار بار آنکھیں چھپکانا اور کندھے چڑھانا وغیرہ۔ بچے کی یہی حالت قائم رہے اور ذہنی طور پر بچہ مزید کسی گڑبڑ کا شکار ہو تو یہی سے ایڈی پس کمپلکس کی ابتدا ہوتی ہے اور بچہ اپنے والد سے نفرت شروع کر دیتا ہے اور یہ چاہتا ہے کہ وہ اپنی ماں سے شادی کر کے اسے اپنے باپ کے چُنگل سے آزاد کر دے۔

ایسی نفسیاتی و ذہنی بیماریوں سے بچوں کو دُور رکھنے کے لیے ضروری ہے کہ ابتدا سے ہی بچے کا بستر و کمرہ علیحدہ کر دیا جائے تا کہ وہ آرام سے اپنی دُنیا بسائے اور کسی ذہنی اُلجھن میں مبتلا نہ ہو اور اگر مکان کی تنگی کے باعث ایسا کرنا ممکن نہ ہو تو والدین کو چاہیے کہ بچہ کی موجودگی میں مباشرت سے قطعاً پرہیز کریں۔ کیونکہ ایک معصوم ذہن پر جنس کا بوجھ ڈالنے سے نا صرف بچہ ذہنی طور پر بیمار ہو گا بلکہ آئندہ کے لیے اس کی جنسی زندگی بھی متاثر ہو سکتی ہے اور ایسے بچے عموماً جنسی کجرویوں کا شکار ہو جاتے ہیں' مزید برآں مُشت زنی کی عادت ایسے بچوں میں بہت جلد پڑ جاتی ہے اس لیے یہ ضروری ہے کہ بچوں میں شروع سے ہی جلق (مُشت زنی) کی عادت کو کنٹرول کیا جا سکتا ہے بشرطیکہ اگر بچہ جنس کے متعلق کوئی سوال کرے تو اُس کو تسلی بخش جواب دیا جائے' اسی طرح بچہ اپنی ابتدائی زندگی میں بہت ضروری معلومات حاصل کر لیتا ہے جس سے اس کی کئی الجھنیں ختم ہو جاتی ہیں اور سزا و جزا یا گندگی وغیرہ کے خیالات اس کے دماغ میں پیدا نہیں ہوتے۔

بہت سی مائیں شکی اور وہمی طبیعت کے مالک ہوتی ہیں اور یہی شک و وہم یا جہالت بچے کی جنسی زندگی کا دشمن ہوتا ہے' بعض مائیں جب رات کے وقت بچے کو پیشاب کے لیے اٹھاتی ہیں یا جب صبح کے وقت دیکھتی ہیں کہ اس کا عضو تناسل بیدار حالت میں ہے تو وہ اس سے غلط اندازہ لگا لیتی ہیں کہ ان کا بچہ کسی غلط عادت جیسے جلق میں مبتلا ہو گیا ہے' حالانکہ صبح کے وقت کی ایستادگیوں کا اس بات سے کوئی تعلق نہیں ہوتا' اس لیے صبح کے وقت کی خیزش و ایستادگی کو غلط معنی دینا بہت بُرا ہوتا ہے کیونکہ یہ بے ضرر سی چیز ہے اور اس سے بچے کو کوئی نقصان نہیں ہوتا۔

کسی زمانے میں یہ خیال کیا جاتا تھا کہ بچے جنس کا شعور نہیں رکھتے لیکن جدید تحقیق اور ریسرچ سے یہ ثابت ہو گیا ہے کہ جنسی جبلت ایک فطری شے ہے۔ اگرچہ بچپن میں اس کا اظہار واضح طور پر نہیں ہوتا ہے لیکن یہ حقیقت ہے کہ بچے بھی اپنے اپنے طریقوں سے جنسی تسکین حاصل کرتے ہیں خواہ یہ احساسات ماں کی چھاتیوں کو چوسنے سے حاصل ہوں' اپنا انگوٹھا چوسنے سے یا جنسی اعضاء کو چھیڑنے سے۔

ایک ریسرچ کے مطابق بچہ اپنے منہ' مقعد اور اعضائے تناسل سے تسکین حاصل کرتا ہے' جس میں اعضائے تناسل کو فوقیت حاصل ہوتی ہے۔ شیر خوار بچہ اکثر ایک ہلکی قسم کی مُشت زنی کرتے دیکھے گئے ہیں۔ ہیولاک اور ڈاکٹر کنسے نے شیر خوار بچوں اور بچیوں دونوں میں خودلذتی کے طریقوں پر روشنی ڈالی ہے ان کے کہنے کے مطابق بچوں میں خودلذتی بالغ افراد کی مُشت زنی جیسی نہیں ہوتی کیونکہ اس میں تخیل کی فراوانی اور حسینوں کے چہرے اور جسم شامل نہیں ہوتے۔

بچوں کی جنسی زندگی برابر ارتقاء میں رہتی ہے اور بہت سی مختلف شکلیں اختیار کرتی رہتی ہے' اس کی ابتدا خود اس کی شیر خوارگی کے دور کی اُنسیت سے ہوتی ہے' جیسے جیسے بچے کی نشوونما ہوتی ہے وہ اپنے ماحول' گھر کے افراد وغیرہ کے طرزِ عمل سے اثر قبول کرتے ہیں۔ جب بچہ گھر سے باہر نکلنا شروع کرتا ہے تو اپنے ہم مکتب ساتھیوں اور اساتذہ وغیرہ

سے متاثر ہوتا ہے۔

کسی شخص کے بچپن سے لے کر جوانی تک کے نفسیاتی جنسی ارتقاء کو چار منطقی مدارج میں تقسیم کیا جا سکتا ہے:

☆......عشقِ بے معروض کا درجہ: یہ زندگی کے پہلے سے پانچویں سال تک ہوتا ہے جب بچے کا عشق' بے معروض ہوتا ہے اور وہ کھلے طور اپنے ذاتی جسم اور حرکات میں دلچسپی کا مظاہرہ کرتا ہے۔

☆......خود پرستانہ یا عشقِ ذات کا درجہ: یہ چھ سے بارہ سال تک ہوتا ہے۔ یہ ذاتی محبت کا درجہ ہے اور اس کا اظہار خود ستائی' خود بینی اور انانیت کی شکل میں ہوتا ہے۔

☆......ہم جنسی تعلق کا درجہ: اس مرحلے میں اپنی ہی جنس کے افراد کے ساتھ محبت کی بُنیاد رکھی جاتی ہے۔ اس مرحلے میں اس امکان کا خطرہ رہتا ہے کہ محبت پوری طرح ہم جنسی تعلق کی سطح پر ہی مرکوز ہو کر نہ رہ جائے۔ جنسی تجربات عموماً اسی مرحلے میں انجام پاتے ہیں جو بارھویں سے اٹھارویں سال تک کی عُمر کا زمانہ ہوتا ہے۔ اس مرحلے کے دوران ہی عموماً افراد ہم جنس پرستی کی طرف مائل ہو جاتے ہیں اور بعد ازاں عورتوں سے نفرت کرنے لگتے ہیں۔ مختلف ممالک میں ہم جنس پرستی بڑھنے کی عمومی وجہ یہی ہے کہ اس مرحلے کے دوران لڑکوں کو مناسب رہنمائی نہیں مل پاتی جس کی وجہ سے وہ اپنے سے بڑی عمر کے ساتھ دوستی لگا کر انہی کو اپنا آئیڈیل بنا لیتے ہیں۔

☆......غیر جنسی تعلق کا درجہ: اس درجہ کی ابتدا سولہویں یا اٹھارویں سال سے ہوتی ہے' یہ آخری اور اہم مرحلہ ہے۔ اس مرحلے کے دوران مخالف جنس میں دلچسپی عنفوانِ شباب کے ساتھ ساتھ بڑھتی رہتی ہے اور کوشش ہوتی ہے کہ کسی طرح مخالف جنس کے ساتھ تعلق قائم ہو جائیں۔

☆......☆......☆

جنسی رویے کی نشوونما

شیر خوارگی اور بچپن اس لحاظ سے بہت ضروری ادوار ہیں کہ ان میں بالغ عمر کے جنسی رویہ کی نشوونما ہوتی ہے۔ ایک نارمل شیر خوار بچہ ایک گھمبیر حسیاتی (جنسی لُطف انگیزی) کی زندگی اس طرح گزارتا ہے کہ وہ اپنے جسم سے لُطف اندوز ہوتا ہے اور درد سے بچتا ہے۔ شیر خوار بچہ جلد کو گدگدانے' دُودھ چُوسنے' پاخانہ اور پیشاب کے دوران اور اپنی جنسی اعضاء سے کھیلنے کے دوران بہت زیادہ تسکین اور لطف محسوس کرتا ہے۔ ہر وہ چیز جو اس کے نارمل اور معصومیت سے بھرے جنسی (جذبات) لُطف میں رُکاوٹ بنتی ہے وہ اس کے فطری جنسی رویہ کو دبا دیتی ہے چنانچہ نفسیاتی اقسام کے جنسی عارضے مکمل طور پر والدین کے نارمل جنسی فطری تقاضوں کی سمجھ بوجھ پر اور شیر خوار کی پیار اور چاہت کی طلب سے مطابقت رکھتے ہیں۔ بہت سے جسمانی اعضاء جیسے دِل' پھیپھڑے' غذا کی نالی اور گردوں وغیرہ کی ساخت پیدائش کے وقت مکمل ہوتی ہے یہ بعد میں صرف پرورش پا کر سائز میں بڑے ہوتے رہتے ہیں لیکن نوزائیدہ بچہ اپنی شخصیت کا ایک مختصر حصہ لیے ہوتا ہے' اس کا دماغ ایک خالی سلیٹ کی طرح ہوتا ہے جو پر تجربات ثبت ہونے ہوتے ہیں شیر خوار بچے کے تجربات وہ ہوتے ہیں جو وہ اپنے والدین کے تجربات سے حاصل کرتا ہے۔ والدین بچے کی شخصیت پر انمٹ نقوش چھوڑتے ہیں۔

جنسی صحت کے حوالے سے والدین بالخصوص والدہ کا کردار بہت اہمیت کا حامل ہوتا ہے' والدہ کو بچوں کی پرورش کے ذریعے ان کے لیے صحت مند ماحول مہیا کرنا چاہیے لیکن کئی مائیں اپنی لاعلمی کے باعث بچوں کو ڈرا دھمکا کر ان کے لیے کئی مسائل کھڑے کر سکتی ہیں جن میں سے جنسی مسائل سرِفہرست ہوتے ہیں۔ والدین کی اقسام کے حوالے سے بچوں

کی جنسی صحت پر کیا اثرات مرتب ہوتے ہیں اس سلسلے میں ماہرینِ نفسیات نے والدین کی درج ذیل اقسام بیان کی ہیں:

۱۔ نارمل قسم کے والدین

میاں بیوی کا تعلق پیار اور ایک دوسرے کو سمجھنے و باہمی عزت کی بنیاد پر ہوتا ہے ان کے درمیان کسی قسم کا مقابلہ نہیں ہونا چاہیے' نارمل قسم کے والدین شیر خوار کی محبت حاصل کرنے کے لیے ایک دوسرے سے جھوٹ نہیں بولتے اور نہ ہی وہ جنس پر معاشرتی و مذہبی پابندیاں مسلط کرتے ہیں۔ انہیں شیر خوار کی نارمل جنسی جبلت کا اندازہ اور سمجھ بوجھ ہوتی ہے اور وہ اسے انجانے میں دباتے نہیں ہیں۔ ایسے والدین جذباتی طور پر بالغ نظر ہوتے ہیں اور غیر ضروری پریشانیوں اور تناؤ کا شکار نہیں ہوتے۔

۲۔ پریشان حال والدین

اگر شادی میں جنسی یا جذباتی مطابقت نہ ہو تو نا صرف میاں بیوی کے درمیان کئی قسم کی پریشانیاں جنم لیتی ہیں بلکہ بچوں میں کئی خرابیاں پیدا ہونے لگتی ہیں۔ عموماً ایسی صُورت حال میں والدین میں سے کوئی ایک جذباتی تسکین کے لیے بچے کے ساتھ بہت زیادہ حد تک وابستہ ہو جاتا ہے اور اس طرح سے اسے (بچے کو) جذباتی اور جنسی طور پر پلنے بڑھنے نہیں دیتا' ایسے بچوں کی عمومی مثال معاشرے میں مل سکتی ہے جس میں والدہ کی اپنے بیٹے کے ساتھ بہت زیادہ جذباتی وابستگی اُس کی ازدواجی زندگی کو خراب کر سکتی ہے۔ ایسے لڑکے سوائے اپنی والدہ کے کسی اور عورت کا تصور بھی نہیں کر سکتے اور شادی کے نام سے دُور بھاگتے ہیں۔

۳۔ لاپرواہ (غیر متعلقہ) والدین

ایسے والدین جو اپنی سوشل لائف کو اولاد پر ترجیح دیتے ہیں اور اپنی روزمرہ کی زندگی کو خُوب سے خُوب تر بنانے کے لیے دن رات محنت کرتے ہیں اور بچوں سے

غفلت برتتے ہیں، ایسے والدین کے بچے جنسی و جذباتی طور پر بیمار رہنے لگتے ہیں۔

۴۔ بہت زیادہ خیال کرنے والے والدین

ایسے والدین جو اپنی اولاد کا حد سے زیادہ خیال رکھتے ہیں وہ اس صنف میں شمار کیے جاتے ہیں، ان کے بچے ایک خول میں بند ہو کر رہ جاتے ہیں اور دُنیا کی تلخ حقیقتوں سے واقفیت نہیں رکھتے لیکن جب کسی آزمائش میں پڑتے ہیں تو بُری طرح ناکام ہوتے ہیں۔ ایسے بچے جذباتی طور پر صحیح نشوونما پانے سے قاصر رہتے ہیں اور عموماً جنسی حالات کا مقابلہ بھی نہیں کر سکتے۔

آخری تینوں قسم کے والدین ناسمجھی میں بچے کی شخصیت میں نقائص اور اس کے بعد کی زندگی میں جنسی استعداد کی کمی کے مجرم بنتے ہیں، ایسے والدین عموماً یہ کہتے ہیں کہ ہم نے تو اپنے بچے کو دُنیا جہاں کی ہر آسائش مہیا کی ہے لیکن پھر بھی یہ بیمار ہے۔ ایسے والدین یہ نہیں جان پاتے کہ بچوں کو قیمتی کھلونوں کے علاوہ بھی جذباتی پیار و محبت کی ضرورت ہوتی ہے اور یہی چیز بچوں کی شخصیت میں آئندہ کی زندگی میں کامیابی کی ضمانت ہوتی ہے۔

بچہ میں استلذاذی کیفیات موجود ہونے کی وجہ ایسے مقامات ہیں جن سے یہ بچپن سے ہی واقفیت حاصل کر لیتا ہے یہ زیادہ تر منہ اور اس سے وابستہ مقامات میں ظہور پذیر ہوتے ہیں اور یہ کوئی غیر متوقع بات نہیں کیونکہ بچہ جب اپنے منہ کے حساس مقامات ہونٹوں سے ماں کی دُودھ دینے والی بُٹھنیوں کو چُوستا ہے تو وہ شدید قسم کی حظی کیفیات اخذ کیے بغیر نہیں رہ سکتا، بالغ افراد میں منہ کیونکہ شہوانیت یعنی جنسی حظ والے مقامات میں شمار ہوتا ہے اس لیے بچپن ہی میں بچہ کے لیے اس کی جنسی اہمیت تعجب خیز نہیں ہوتی، بعض اوقات جب بچہ کو کسی وجہ سے ماں کا دُودھ نہیں پلایا جا سکتا تو وہ انگوٹھا چوسنے میں لگ جاتا ہے، (بعض مغربی مفکرین کے مطابق انگوٹھا چُوسنا ایک قسم کی جلق ہی ہے جو کہ بعد از اں مناسب عمر کے بعد عام جلق کی جگہ لے لیتی ہے)، بہرحال انگوٹھا چُوسنا ایک عام مشاہدے

کی بات ہے اور دونوں جنسوں کے لاتعداد اور متنوع بچے ایسا کرتے ہیں۔ منہ کے بعد غالباً مبرز کو ثانوی اہمیت حاصل ہوتی ہے جب تک بچہ کو ٹھیک طرح سے اجابت ہوتی رہے اس وقت تک مبرز استلذاذی صُورت اختیار نہیں کرتی لیکن جیسے ہی اجابت میں رُکاوٹ پیدا ہوتی ہے، عملِ اجابت سے بچے کو آسودگی کا احساس وابستہ ہو جاتا ہے کیونکہ مقعد جو کہ پہلے ہی حساس ہوتی ہے اس کی حساسیت میں مزید اضافہ ہو جاتا ہے۔ بعدازاں یہ احاطہ بعض اوقات احاطہ شہوانیت کی صورت اختیار کر لیتا ہے (جو کہ جنسی کجروی کی ایک شکل ہے دیکھئے جنسی ہم پرستی) لیکن منہ کی شہوانی فوقیت پھر بھی برقرار رہتی ہے۔ کئی ماہرینِ نفسیات کا خیال ہے کہ بعض بچے استلذاذی کیفیات کے حصول کے لیے پاخانہ روک لیتے ہیں، لیکن یہ کیفیت کوئی حقائق سے قریب معلوم نہیں ہوتی۔

یہ حقیقت عرصہ سے تسلیم شُدہ ہے کہ بچپن میں جنسی خود انتقامی کے مخصوص مظاہر ملتے ہیں، انیسویں صدی کے اوائل میں فرانس اور بعض دیگر ممالک کے کئی مصنفین جیسے مارک فونسا گریوز وغیرہ نے دونوں جنسوں کے ایسے بچوں کے واقعات اپنی کتابوں میں بیان کیے ہیں جنھوں نے تین چار سال کی عُمر میں جلق لگانی شروع کر دی تھی۔ ایک سیکسالوجسٹ کے مطابق لڑکوں میں پانچ اور چودہ سال کے درمیان اور لڑکیوں میں آٹھ اور اُنیس سال کے درمیان جنسی احساسات پہلے سر ابھارتے ہیں، ہر دو جنسوں میں اولین سالوں کی نسبت آخری سالوں میں جنسی مظاہر زیادہ ہوتے ہیں۔ ہملٹن کی تحقیق کے مطابق ۲۰ فیصد لڑکے اور اور ۴۱ فیصد لڑکیاں چھ سال کی عمر سے قبل تناسلی اعضاء سے حصول لذت شروع کر دیتے ہیں۔ یہاں پر یہ بات بھی قابلِ ذکر ہے کہ یہ فرض کر لینا کہ تمام بچے ہی تناسلی اشتعال یا استلذاذی جنسی احساسات کے عادی ہوتے ہیں یا وہ ایسا کرنے کی استعداد رکھتے ہیں قطعاً غلط ہے۔ ایسے بھی ہوتا ہے کہ جب ایک بچہ دوسرے بچے کو یقین دلاتا ہے کہ رگڑ کے ساتھ اس کا ذکر بڑھ کر بڑا ہو جائے گا اور جلد ہی نشوونما پائے گا، چنانچہ وہ بچہ معصومانہ انداز میں یہ ''فائدہ'' حاصل کرنے کی تگ و دو میں لگ جاتا ہے، اس صورت میں وہ نہ تو کوئی تناسلی

ردِ عمل محسوس کرے گا اور نہ ہی استلذاذی کیفیات، اور ایک وقت ایسا آتا ہے جب وہ یہ عمل کرنے پر مجبور ہو جائے گا۔

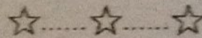
فرائڈ کے ایک مضمون Infantile Organisation of the LIbido میں اس نے اعتراف کیا ہے کہ بچوں اور بالغوں کی جنسیت میں گہری مماثلت پائی جاتی ہے، اس کے خیال میں بچپن میں بچہ صرف ذکر کے وجود کو تسلیم کرتا ہے اور اس کے نزدیک تمام جنسی اہمیت اسی ایک عضو کو حاصل ہوتی ہے اور اس کے بعد بلوغت کے وقت یہ اثر نر اور مادہ کے تصور پر منطبق ہو جاتا ہے۔

اگر بچوں کی حرکات و سکنات کا وسیع مشاہدہ کیا جائے تو یہ واضح ہوگا کہ بچوں کے لیے ذکر کو بنیادی اہمیت حاصل نہیں ہوتی، بلکہ بچوں سے زیادہ قربت رکھنے والے اصحاب نے یہ مشاہدہ کیا ہوگا کہ بچے انگوٹھے اور ایڑیوں کو زیادہ اہمیت دیتے ہیں لیکن یہ عموماً تجسس کی بناء پر ہوتا ہے۔ بہت سی مائیں اس حقیقت کو نہ سمجھتے ہوئے بچوں کے لیے ذکر کی اہمیت میں اضافہ کا باعث بنتی ہیں جیسے جب مائیں انہیں نہلاتے ہوئے ان کے عضوِ تناسل کو صاف کرتی ہیں تو انہیں لذت محسوس ہوتی ہے اور وہ دوبارہ اس عمل کو دہرانے کے لیے بے چین ہو جاتے ہیں۔ بچے کے لیے ان مقامات کی متجسانہ اہمیت بہت زیادہ ہوتی ہے، یہ وہ مقامات ہیں (جن کا انگلیوں اور ایڑیوں کی مدد سے) بچے کے لیے بہت جلد "کھلونے" بننے کا قوی امکان ہوتا ہے۔

پریکٹس کے دوران عموماً ایسے والدین آتے ہیں جو یہ شکایت کرتے ہیں کہ مُنا اپنے عضوِ تناسل کو ہاتھ سے مسلتا رہتا ہے۔ یہ کیا ہے؟ یہ جلق ہی ہے فرق صرف اتنا ہے اس عمر میں انزال نہیں ہوتا لیکن لذت و سرور محسوس ہوتا ہے، اس لیے بچے اپنے عضوِ تناسل کو مسلتے رہتے ہیں۔ اور یہ فعل کرنے کے بعد خُوشی محسوس کرتے ہیں۔ بہت سے بچوں کے بارے میں یہ کہا جا سکتا ہے کہ ہم جسے جنسی احساس سے تعبیر کرتے ہیں وہ ان کے لیے تناسلی مقصد سے ماورا کوئی اور ہی چیز ہوتی ہے، ہم ان احساسات کو جنسی اور غیر جنسی کی درمیانی کڑی قرار

ے سکتے ہیں۔

عموماً بچہ جب اپنے عضو تناسل کو پکڑتا ہے تو اُسے لذت محسوس ہوتی ہے تو وہ گھنٹوں اس سے کھیلتا رہتا ہے' یہ عادت بچے کو کسی قسم کا کوئی نقصان نہیں پہنچاتی لیکن جب بچے کو اسی عادت کو روک ٹوک کر ڈرایا دھمکایا جاتا ہے تو بچہ گو کہ اس عادت سے باز تو نہیں آتا لیکن ذہنی طور پر اس کے نقصانات کو محسوس کرنے لگتا ہے۔ جس کی وجہ سے وہ دن بدن اپنے آپ کو کسی مصیبت میں گرفتار سمجھنے لگتا ہے۔ یاد رکھیں کہ جن چیزوں سے انسان کو روکا جاتا ہے تو فطری طور پر ان چیزوں کی طرف میلان زیادہ ہو جاتا ہے اس لیے جب والدین یہ محسوس کریں کہ بچہ خود لذتی کی عادت میں مبتلا ہو گیا ہے تو بجائے اس کے کہ اس کو ڈرائیں دھمکائیں یا سزا دیں' پیار و محبت سے اسے سمجھانا چاہیے اور اس کا دھیان صحت مند سرگرمیوں میں لگانے کی کوشش کرنا چاہیے' کیونکہ عموماً بچے جب بوریت کا شکار ہو رہے ہوتے ہیں تو مُشت زنی کرنے لگتے ہیں اس لیے حتی الامکان یہ کوشش کریں کہ بچے بوریت کا شکار نہ ہوں اور انہیں صحت مندانہ سرگرمیوں (اُن کی ذہنی استطاعت کے مطابق) میں مصروف رکھنے کی کوشش کریں۔ اس لیے جو والدین بچوں کی بچپن کی مشت زنی سے پریشان ہوتے ہیں انہیں پریشان ہونے کی قطعاً ضرورت نہیں کیونکہ یہ ایک وقتی عارضہ ہوتا ہے اور بہت جلد ختم ہو جاتا ہے لیکن یہ ممکن ہے کہ بلوغت کے وقت یہ دوبارہ لوٹ آئے لیکن اس کے لیے ابھی سے پریشان ہونا بھی ٹھیک نہیں ہے۔ لیکن اگر یہ عادت خود بخود کچھ عرصہ تک ختم نہ ہو تو اس کا مطلب یہ ہے کہ بچے کو غلط طریقے سے منع کر کے معاملہ کو بگاڑ دیا گیا ہے' اس تمام عرصہ میں بچے کا دھیان اس کے اعضائے تناسل کی طرف لگا رہتا ہے وہ ڈرتا ہے اور بار بار اس کا دھیان عضو کی طرف جاتا ہے۔ جس کی وجہ سے وہ مشت زنی کر کے اپنے تمام غموں کو بھلا دیتا ہے۔



مذہبی نقطہ نگاہ سے جلق کا عمل

اللہ تعالیٰ نے انسان کو مٹی سے پیدا کیا پھر اس میں روح پھونکی اور اس کو عقل کی دولت بخشی، انسان مثبت اور منفی خصوصیات کے اعتدال کا نام ہے۔ انسان کو یہ اختیار حاصل ہے کہ وہ عقل کو استعمال کرتے ہوئے حق و باطل میں تمیز کرے، جو شخص اللہ کے بتائے ہوئے راستے پر چلتا ہے وہ اللہ تعالیٰ کے نزدیک پسندیدہ ہوتا ہے۔ انسان میں جسم اور روح کے ساتھ ساتھ نفس بھی موجود رہتا ہے۔ حضرت علی بن ابی طالب رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا فرمان ہے کہ اللہ کو وہ بندہ اپنے بندوں میں سے سب سے زیادہ محبوب ہوتا ہے جس نے نفس پر قابو پا لیا اور جس کا اندرونی لباس حزن اور بیرونی جامہ خوف ہے۔ اس کے دل میں ہدایت کا چراغ روشن ہے اور آنے والے دن کی تیاری کا تہیہ کر رکھا ہے۔

حقیقت بھی یہی ہے کہ اللہ کے قریب وہی شخص محبوب ہوتا ہے جس نے اپنے نفس کو زیر کیے رکھا، ایسے افراد جنہوں نے اپنے نفس پر قابو پا لیا ان کا دل اللہ کی محبت میں سرشار رہتا ہے اور وہ اللہ سے ڈرنے والے ہوتے ہیں۔ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے ارشاد کے مطابق انسانوں کے لیے دو چیزیں بہت مضر ہیں۔ ایک خواہش کی پیروی اور دوسرے اُمیدوں کا پھیلاؤ۔ خواہشوں کی پیروی وہ چیز ہے جو حق سے روک دیتی ہے اور اُمیدوں کا پھیلاؤ آخرت کو بھلا دیتا ہے۔ فتنوں کے وقوع کا آغاز وہ نفسانی خواہشات ہوتی ہیں جن کی پیروی کی جاتی ہے اور جن کے لیے قرآنی احکامات کی خلاف ورزی کی جاتی ہے۔

یہ بات واضح ہونی چاہیے کہ اللہ تعالیٰ نے انسان کو اپنی عبادت کے لیے پیدا فرمایا ہے اور اسے زمین پر اپنا خلیفہ بنایا اور دنیا کے متعدد اُمور اس کے سپرد کیے اور اسے ان امور کو سرانجام دینے کا حکم فرمایا۔ ان ذمہ داریوں میں خود اس کی جان کی حفاظت اور اس کی نسل کا

دوام اور تعمیرِ ارض جیسے کام شامل ہیں۔ اگر انسان نے اپنے امور و ذمہ داریوں کو اہتمام سے ادا کیا اور اللہ تعالیٰ کی مقرر کردہ حدود کا بھی خیال رکھا تو وہ اس دنیا میں ان اشیاء سے استفادہ کرے گا اور چین و سکون جیسی نعمتوں سے بھی مستفید ہوگا۔ بشرطیکہ اس نے تعلقات ثلاثہ (یعنی تعلق باللہ و بالنفس و بالناس) کو بطریقِ احسن ادا کیا ہو۔

اس کا مطلب یہ ہے کہ انسان کی نفسیاتی صحت اس بات کی مرہونِ منت ہے کہ وہ اللہ تعالیٰ کی طرف سے عائد کردہ احکام اور ذمہ داریوں کو کس حد تک کامیابی کے ساتھ عملی جامہ پہناتا ہے اور ان ذمہ داریوں میں سب سے اہم ایمان باللہ سبحانہ وتعالیٰ ہے۔

حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں ''لوگو! وہی سب سے زیادہ اپنے نفس کا خیر خواہ ہے جو اپنے اللہ کا سب سے زیادہ مطیع و فرمانبردار ہے اور وہی سب سے زیادہ اپنے نفس کو فریب دینے والا ہے جو اللہ کا سب سے زیادہ گنہ گار ہے۔ اصل فریب خوردہ وہ ہے جس نے اپنے نفس کو فریب دے کر نقصان پہنچایا' اور قابلِ رشک وہ ہے جس کا دین محفوظ رہا اور نیک بخت وہ ہے جس نے دوسروں سے پند و نصیحت کو حاصل کر لیا اور بد بخت وہ ہے جو ہوس کے چکر میں پڑ گیا...... تھوڑا سا ریا بھی شرک ہے اور ہوس پرستوں کی مصاحبت ایمان فروش کی منزل اور شیطان کی آمد کا مقام ہے۔ جھوٹ سے بچو' اس لیے کہ یہ ایمان سے الگ چیز ہے' راست گفتار نجات اور بزرگی کی بلندیوں پر ہے اور دروغ گو پستی و ذلت کے کنارے پر ہے۔ باہم حسد نہ کرو اس لیے کہ حسد ایمان کو اس طرح کھا جاتا ہے جس طرح آگ لکڑی کو کھا جاتی ہے۔ کینہ و بغض نہ رکھو اس لیے کہ یہ نیکیوں کو چھیل ڈالتا ہے اور سمجھ لو کہ آرزو عقلوں پر سہو کا اور یادِ الٰہی پر نسیان کا پردہ ڈال دیتی ہے۔ اُمیدوں کو جھٹلاؤ اس لیے کہ یہ دھوکا ہیں اور اُمیدیں باندھنے والا فریب خوردہ ہے۔''

حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا ہی ارشاد ہے کہ جس نے طمع کو اپنا شعار بنایا اس نے اپنے آپ کو تباہ کر لیا اور جس نے اپنی پریشان حالی کا اظہار کیا وہ ذلت پر آمادہ ہو گیا اور جس نے اپنی زبان کو قابو میں نہ رکھا اس نے خود کو اپنی بے وقعتی کا ساماں کر لیا۔ ہمارے پیارے

نبی حضرت محمد ﷺ کا ارشاد مبارک ہے کہ بیوقوف کا دل اس کی زبان ہے اور عقلمند کی زبان اس کے دل میں یعنی عقلمند کی زبان اس کے تابع ہے اور بیوقوف کا دل اس کی زبان کے تابع ہے۔

درج بالا چند ارشادات گرامی کی رُو سے بخوبی اندازہ ہو جاتا ہے کہ انسان کی ذہنی صحت کی علامات کیا ہیں۔ وہ صفات جو انسان کو اللہ سے دُور لے جاتی ہیں اور اللہ کو ناپسند ہیں وہ ذہنی صحت کی نفی کرتی ہیں جیسے طمع و حرص، حسد، بخل، تساہل، عیب جوئی، منافقت، دروغ گوئی، ظلم، ناانصافی، خود پسندی، مخالفت، بے جا غیظ و غضب اور بدگمانی وغیرہ وہ منفی صفات ہیں جو انسان کی ذہنی کجی کو ظاہر کرتی ہیں۔ اس کے برعکس حق گوئی، عدل و احسان، قناعت، شرم و حیا، حسن سلوک، حلم و بردباری، نرمی و عفو و درگزر، چشم پوشی اور رازداری ایسی صفات ہیں جو انسان کی ذہنی صحت کو ظاہر کرتی ہیں۔

ذہنی و دماغی صحت کا، اللہ اور اس کے فرشتوں اور اس کی کتابوں اور اس کے رسولوں اور آخرت کے دن اور اچھی و بُری تقدیر پر ایمان کے ساتھ ایک گہرا رابطہ ہے، اس لیے کہ ایمان نفس کا عمل ہے اور اس کی گہرائیوں تک اس کا اثر ہوتا ہے یہ نفس کے ادراکی و وجدانی اور خواہشاتی پہلوؤں کا احاطہ کیے ہوئے ہیں اور نفس کے اندر اللہ تعالیٰ کی وحدانیت اور اس کی الوہیت و ربوبیت پر ایک غیر متزلزل یقین کو اُبھارتا ہے۔ ایمان اللہ تعالیٰ کی قدرت اور اس کے عدل و حکمت پر پختہ اعتماد کو جنم دیتا ہے۔ جسے اللہ تعالیٰ کی بے پایاں عنایت و رحمت نے چاروں طرف سے ڈھانپ رکھا ہو، اس وجہ سے انسان اسلام کی اخلاقی اساسیات پر مقدور بھر اخلاص کے ساتھ مسلسل شاہراہ عمل پر گامزن رہتا ہے۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے:

ترجمہ: ''ایمان والے تو بس وہ ہوتے ہیں کہ جب (ان کے سامنے) اللہ کا ذکر کیا جاتا ہے تو ان کے دل سہم جاتے ہیں اور جب انہیں اس کی آیتیں پڑھ کر سنائی جاتی ہیں تو وہ اُن کا ایمان بڑھا دیتی ہیں۔ اور وہ اپنے پروردگار پر توکل رکھتے ہیں (اور) نماز کی پابندی کرتے ہیں اور جو کچھ ہم نے انہیں دے رکھا ہے اس میں سے خرچ کرتے رہتے ہیں۔ یہی

لوگ تو سچے (اور پکے) مومن ہیں۔ بڑے درجے ہیں ان کے لیے ان کے پروردگار کے پاس اور مغفرت (بھی) اور عزت کی روٹی (بھی)۔ (سورۃ الانفال)

ایمان اصلاحِ نفس کے لیے موثر ترین ذریعہ ہے اس لیے کہ یہ دلوں کو زندگی اور شعور و بیداری بخشتا ہے۔ ایمان ہر نفس کے ساتھ ایک ایسے نگران کو مقرر کر دیتا ہے جو کبھی غافل نہیں ہوتا وہ دل کے اندر اس طرح سے آبیاری کرتا رہتا ہے کہ جو اس (نفس) کی اچھے کاموں کی طرف راہنمائی کرتے ہیں اور بُرے کاموں سے روکتے ہیں۔ امام غزالیؒ کے بقول ایمان کیوجہ سے دل میں ایک تبدیلی واقع ہوتی ہے، آپؒ فرماتے ہیں کہ ایمان دل کے اندر ایک سفید نقطہ پیدا کر دیتا ہے اور جب ایمان بڑھتا ہے تو یہ سفیدی بھی بڑھ جاتی ہے اور ایک وقت آتا ہے کہ جب آدمی کا ایمان کامل ہو جاتا ہے تو اس کا پورا دل صاف و شفاف ہو جاتا ہے۔

اسلام میں ایمانی نقطہ نظر سے اصلاح نفس کا ذکر اس اعتبار سے بھی اہم ہے کہ اسلام ہمیشہ حُسن خلق کی طرف دعوت دیتا ہے اور حُسن خلق کو ایمان پر دلیل تصور کرتا ہے جو آہستہ آہستہ دل کے اندر اپنی جگہ بنالیتا ہے۔ پس جب ایمان میں اضافہ ہوتا ہے تو حُسن خلق میں بھی اضافہ ہو جاتا ہے اور جب کبھی بھی ایمان میں نقص آ جائے تو حُسن خلق کی جگہ بد خلقی لے لیتی ہے۔ امام غزالیؒ کے بقول حُسن خلق ایمان سے عبارت ہے اور ایمان کا ہی دوسرا نام ہے، جبکہ بد خلقی نفاق اور منافقت کا دوسرا نام ہے۔ جلق کا عمل یا اس جیسے دیگر ایسے اعمال جو کہ انسانی صحت کو نقصان پہنچانے کا احتمال رکھتے ہیں انہیں دینِ اسلام میں ناپسندیدگی کی نگاہ سے دیکھا گیا ہے۔

دینِ اسلام کے علاوہ دیگر مذاہب میں جلق کے عمل کو کبھی بھی پسند نہیں کیا گیا بلکہ اس عمل سے روکا گیا ہے اور اس کی وجہ یہی ہے کہ اس عمل سے انسان نفس کے تابع ہو جاتا ہے اور اسے اچھے بُرے کی تمیز نہیں رہتی۔ آج کل بھی کیتھولک اور آرتھوڈوکس یہودی و عبرانی یہی درس دیتے ہیں کہ جلق یا مشت زنی کا عمل اخلاقی پسماندگی کی نشانی ہے اور اس سے دُور

رہنا چاہیے۔

دیگر مذہبی گروپس جیسے پروٹسٹنٹ فرقے اور بدھ مت کو ماننے والے بھی اس عمل کو شدید ناپسند کرتے ہیں۔ 29 دسمبر 1975ء میں پوپ پال ''پرسونا ہیومانا'' (Persona Humana) میں جنسی اخلاقیات کے موضوع پر یوں رقمطراز ہیں:

"...masturbation is an intrinsically and seriously disordered act...the deliberate use of the sexual faculty outside normal conjugal relations essentially contradicts the finality of the faculty. For it lacks the sexual relationship called for by the moral order, namely the relationship which realizes 'the full sense of mutual self-giving and human procreation in the context of true love.' All deliberate exercise of sexuality must be reserved to this regular relationship."[Pope Paul VI, "Persona Humana - Declaration on Certain Questions Concerning Sexual Ethics," issued by the Sacred Congregation for the Doctrine of the Faith, on 1975-DEC-29].

☆......☆......☆

جلق کے اسباب

دین اسلام کے نقطہ نظر سے زندگی کی سب سے قیمتی متاع ضبطِ نفس ہے' اپنے حالات کی وجہ سے کوئی نوجوان اگر شادی نہ کر سکے یا دین ودنیا کے مطلوب مقاصد کے لیے کچھ عرصہ کے لیے اہل وعیال سے دُور رہنے پر مجبور ہو تو اس طرح کے حالات میں اپنی جنسی خواہش پر قابو رکھنے کا بہترین ذریعہ نفلی روزوں کا اہتمام ہے۔ جس کے لیے آپ ﷺ نے نوجوانوں کی جماعت کو خاص طور پر اس طرف کی متوجہ کیا ہے' بخاری ومسلم کی روایت ہے' رسول پاک ﷺ نے ارشاد فرمایا:

''اے نوجوانوں کی جماعت' تم میں سے کوئی شادی شُدہ زندگی کے تقاضے پورے کر سکے تو چاہیے کہ وہ شادی کر لے' اسلیے نگاہ کو نیچی رکھنے اور شرمگاہ کی حفاظت کا یہ سب سے موثر ذریعہ ہے اور جو ایسا نہ کر سکے وہ (نفلی) روزے رکھے کہ یہ شہوانی خواہش کو توڑنے کا بہترین ذریعہ ہے۔''

اس تعلیم نبوی پر عمل کر کے شادی کا ضرورت مند نوجوان اور ان جیسے دوسرے افراد اپنی جنسی خواہش پر قابو پانے کے لیے روزوں کے بے بہا ثواب سے فائدہ اٹھا سکتے ہیں اور خلافِ فطرت طریقوں جیسے مُشت زنی سے اپنے آپ کو بچا سکتے ہیں۔

جلق کی سب سے بڑی وجہ تو جنسی جذبات کی پیدائش ہے کیونکہ جب یہ جذبہ بیدار ہوتا ہے تو فطری طور پر شہوت بیدار ہوتی ہے اور اس کی تسکین کے لیے فرد کوئی نہ کوئی ذریعہ تلاش کرتا ہے اور سب سے آسان ذریعہ جلق ہی ہوتا ہے جو آسانی سے اکیلے میں سرانجام دیا جا سکتا ہے۔ اگر بلوغت کے وقت ہی جماع کے مواقع میسر آ جائیں یعنی شادی ہو جائے تو پھر جلق کی عادت پروان نہیں چڑھتی۔ کئی بچے ٹولیوں کی شکل میں یہ فعل سرانجام دیتے ہیں

جس کی وجہ ان میں یہ عادت بڑھتی رہتی ہے اور وہ رفتہ رفتہ تمام عُمر کے لیے اس فعل کے عادی ہو جاتے ہیں۔ نفسیاتی طور پر ایسے بچے جو اپنے گھریلو ماحول سے ناخوش ہوں اور عدم تحفظ کا شکار ہوں وہ اپنی محرومیوں کی کمی پوری کرنے کے لیے جلق کا سہارا لیتے ہیں۔

بہرحال اس فعل کی چیدہ چیدہ وجوہات درج ذیل ہیں:

۱۔ سوزاک جو موروثی بھی ہو سکتا ہے۔

۲۔ قبض، انتڑیوں اور معدہ کی خرابیوں کے باعث بھی عموماً لڑکے جلق لگاتے ہیں۔

۳۔ بادی و ثقیل اشیاء کے بکثرت استعمال سے بھی یہ قبیح عادت سرزد ہوتی ہے۔

۴۔ بلیو پرنٹس فلمیں اور جنسی ناولوں کا مطالعہ بھی اس عادت کا ایک سبب ہے۔

۵۔ بُرے دوستوں کی صحبت کی وجہ سے بھی عموماً لڑکے اس عادت کا شکار ہو جاتے ہیں۔

۶۔ بعض خواتین اپنے خاوندوں سے جنسی تعاون نہیں کرتیں جس کی وجہ سے خاوند مجبوراً یہ فعل انجام دیتے ہیں۔

۷۔ اعضائے تناسل کی خارش بھی اس فعل کو کرانے کی مرتکب ہوتی ہے۔

۸۔ بعض لڑکے کسی منفی یا جارحانہ رویے کے اظہار کے لیے اس عادت کا سہارا لیتے ہیں۔

۹۔ ایسے بچے جنہیں والدین کا پیار نہیں ملتا یا جن بچوں کو نظر انداز کیا جاتا ہے وہ بھی اس عادت کا شکار ہو جاتے ہیں۔

۱۰۔ اکیلے رہنے والے افراد عموماً اس عادت کا شکار رہتے ہیں۔

۱۱۔ عشق میں مبتلا افراد جب محبوب کو مل نہیں پاتے تو تخیلاتی طور پر اسے سامنے رکھ کر یہ عمل انجام دیتے ہیں۔

۱۲۔ بہت زیادہ ذہنی تناؤ کا شکار بہت سے افراد اس عادت میں مبتلا ہو جاتے ہیں کیونکہ اسطرح سے وہ وقتی طور پر اس تناؤ کو دُور کرنے میں کامیاب ہو جاتے ہیں۔

جلق لگانے والوں میں ظاہر ہونے والی علامات

کثرتِ جلق یا مشت زنی کا شکار افراد میں ظاہر ہونے والی علامات کو تفصیلاً اگلے صفحات پر "مشت زنی یا جلق کی تباہ کاریاں" کے تحت بیان کیا جائے گا۔ ذیل میں چند ایسی علامات کا ذکر کیا جا رہا ہے جو کہ عموماً ایسے افراد میں نمایاں ہوتی ہیں جو کہ کثرتِ جلق کا شکار ہوتے ہیں۔ یہ امر بھی قابلِ ذکر ہے کہ ہر فرد (جو کہ کثرتِ جلق کا شکار ہو) میں یہ تمام علامات کا موجود ہونا ضروری نہیں ہے۔

یہ تمام علامات یا ان میں سے چند ایک علامات بھی اس مرض کی پیش خیمہ ثابت ہوتی ہیں:

۱۔ عضو تناسل پتلا، ذکی الحس اور کمزور ہو جاتا ہے، اس میں انتشار کی اہلیت کمزور پڑ جاتی ہے۔
۲۔ مریض کا عضو جڑ سے کمزور نظر آتا ہے اور پتلا ہو جاتا ہے۔
۳۔ مریض پست ہمت، غمگین، متفکر اور اُداس رہتا ہے۔
۴۔ چہرہ کی رنگت زرد ہو جاتی ہے اور آنکھیں اندر دھنس جاتی ہیں۔
۵۔ مریض تنہائی پسند ہو جاتا ہے اور ہر وقت اکیلا رہنا پسند کرتا ہے۔
۶۔ احساسِ کمتری غالب آجاتی ہے، مریض کسی سے نظریں ملا کر بات نہیں کر سکتا۔
۷۔ قوتِ ارادی میں کمی اور کام سے نفرت ہونے لگتی ہے۔
۸۔ غصہ زیادہ آتا ہے اور چڑچڑا پن غالب آجاتا ہے۔
۹۔ مریض عموماً سر درد اور چکر آنے کی شکایت کرتا ہے۔
۱۰۔ مریض کی بینائی کمزور ہو جاتی ہے اور کانوں میں شائیں شائیں کی آوازیں آتی

ہیں۔

۱۱۔ پیشاب کی حاجت بار بار ہوتی ہے اور کئی بار پیشاب میں جلن کی شکایت بھی ہو جاتی ہے۔

۱۲۔ مریض کو عورتوں سے نفرت پیدا ہو جاتی ہے اور وہ اپنے آپ میں مگن رہتا ہے۔

۱۳۔ معدہ کمزور رہتا ہے، مریض آئے دن بدہضمی اور معدے کے عوارض کا شکار رہتا ہے۔

۱۴۔ مریض کی معاشرتی زندگی ختم ہونے لگتی ہے اور وہ دوستوں اور رشتہ داروں سے ملنے جلنے سے کتراتا ہے۔

۱۵۔ مریض کی صحت دن بدن نڈھال ہوتی چلی جاتی ہے۔ جس کی وجہ سے آئے روز مختلف بیماریوں کا شکار رہتا ہے۔

☆.....☆.....☆

مُشت زنی رجلق کی تباہ کاریاں

مُشت زنی سے جو نقصانات انسان پر مرتب ہوتے ہیں وہ اظہر من الشمس ہیں' اس عمل سے عضو کے نرم و نازک رگ وریشوں کو نا قابل تلافی نقصان پہنچتا ہے کیونکہ انسان کا ہاتھ عورت کی اندام نہانی (Vagina) کے مقابلہ میں سخت ہوتا ہے' اس عمل سے عضو تناسل کے سب سے نازک حصہ حشفہ یا سپاری (Glans) کو سب سے زیادہ نقصان پہنچتا ہے کیونکہ یہ عضو کا حساس ترین حصہ ہوتا ہے' مُشت زنی سے اس کی حساسیت مزید بڑھ جاتی ہے اور کھچاؤ کی وجہ سے سپاری کی کھال سکڑ جاتی ہے اور اس پر جھریاں پڑ جاتی ہیں۔ عضو تناسل کی حساسیت بڑھنے سے ذکاوتِ حس کا مرض لاحق ہو جاتا ہے اور بار بار نامکمل انتشار ہونے کے سبب عضو تناسل نا صرف کمزور ہو جاتا ہے بلکہ حساسیت بڑھنے سے انسان سُرعت انزال کا مریض بھی بن جاتا ہے۔ ذکاوتِ حس کے سبب انسان کو اُٹھتے بیٹھتے' چلتے پھرتے اور کھانستے وقت پیشاب کے لیس دار قطرے خارج ہوتے ہیں جس سے طہارت کا مسئلہ درپیش رہتا ہے' اس کے علاوہ مُشت زنی کی کثرت سے عضوِ تناسل درمیان سے پتلا اور جڑ سے موٹا رہ جاتا ہے' اس میں کجی اور لاغری نمایاں ہو جاتی ہے۔ جس کی وجہ سے وہ بطریق احسن عورت کی اندامِ نہانی میں دخول نہیں کر سکتا اور نہ عورت کو تسکین پہنچا سکتا ہے بلکہ اکثر اوقات عضو تناسل کو اندام نہانی کے اُوپر رکھتے ہی تناؤ ختم ہو جاتا ہے اور مادہ خارج ہو جاتا ہے۔ مُشت زنی کی وجہ سے نا صرف جسمانی نقصانات ہوتے ہیں بلکہ قوتِ باہ بھی متاثر ہوتی ہے کیونکہ ان سب باتوں کا مجموعی اثر یہ ہوتا ہے کہ منی نہایت ہی خفیف تحریک سے خارج ہو جاتی ہے اور پھر مرد کو یہ احساس ہو جاتا ہے کہ اب وہ کسی کام کا نہیں رہا۔

مُشت زنی کی تباہ کاریوں کے متعلق ڈاکٹر ہیولاک ایلس لکھتے ہیں: ''مُشت زنی

سے جسم کی نسبت دماغ زیادہ ماؤف ہوتا ہے' کیونکہ اس سے نوجوان احساسِ جُرم کا شکار ہو جاتے ہیں' جُرم یا گناہ کا یہ احساس نہ ہو تو مُشت زنی نقصان دہ نہیں ہوتی۔''

فرائیڈ جو بابائے نفسیات مانے جاتے ہیں کی رائے کے مطابق: ''مُشت زنی سے جو ذہنی کرب اور احساسِ جُرم کی اذیت محسوس ہوتی ہے' وہ جسمانی نقصان سے کہیں زیادہ تکلیف دہ ہے' ہر نوجوان کو خودلذتی کے مرحلے سے گذرنا پڑتا ہے' مُشت زنی نوجوانوں کے نفسیاتی ہیجان کی تسکین کا سبب ہوتی ہے' شیر خوار بچے بھی مُشت زنی سے لطف اندوز ہوتے ہیں اور نوجوانی میں اسی رُجحان کا اعادہ ہوتا ہے۔''

مُشت زنی کے نقصانات کے متعلق فرائیڈ کی رائے ہے: ''ڈاکٹر جلق کے مُضر اثرات کو درخور اعتنا سمجھتے ہیں جب کہ مریض کہتا ہے کہ ان کے جُملہ امراض کی اصل وجہ مُشت زنی ہی ہے' میرے خیال میں مریض ٹھیک ہی کہتے ہیں۔''

دُنیائے نفسیات وجنس کی مشہور کتاب The Enduring Passion کی مصنفہ ڈاکٹر میری سٹوپس لکھتی ہیں: ''مردانہ کمزوری اور سُرعت انزال وغیرہ کی اہم وجہ خودلذتی ہے' اکثر نوجوان لڑکے لڑکیاں مُشت زنی کرتے ہیں' مذی کے اخراج سے مرد کا عضوتناسل دخول میں کوئی دِقت محسوس نہیں کرتا لیکن ہاتھ یا کسی دوسری چیز کی رگڑ سے شفے اور عضوتناسل کی رگوں کو نقصان پہنچتا ہے اور پوری طرح نشوونما نہیں پاسکتا جس سے آدمی مقاربت کے قابل نہیں رہتا۔ کبھی کبھار مُشت زنی کرنے میں کوئی حرج نہیں لیکن نوجوانی کے دوران کثرت اور تواتر سے مُشت زنی کا ارتکاب کرنا تباہ کُن ہے۔ مُشت زنی کے ساتھ گُناہ کی اُلجھن وابستہ ہو جاتی ہے' مُشت زنی کرنے والے کو احساسِ گُناہ سے نجات دلانا ضروری ہے' کیونکہ یہ احساسِ گُناہ ہی انہیں بیمار کرتا ہے' کبھی کبھار مُشت زنی کرنے والوں کی صحت پر کوئی ناخوشگوار اثر نہیں پڑتا۔''

جدید نفسیات کی رُو سے جو لڑکے گھر والوں کی محبت سے محروم ہوتے ہیں یا اپنے آپ کو بدصُورت تصور کرتے ہیں' وہ مُشت زنی کرکے اپنے آپ کو سکون پہنچانے کی کوشش

کرتے ہیں اور یہ سکون انہیں مزید سے مزید تر کی طرف لے جاتا ہے اور شروع میں ہفتہ میں ایک دو بار مشت زنی کرنے والے لڑکے روزانہ کئی کئی بار یہ عمل دہرانے لگتے ہیں اور یہی وہ تعداد ہے جو نقصانات کا موجب بنتی ہے اس لیے اس مرض سے بچوں کو بچانے کے لیے گھر والوں کو خصوصی کوششیں کرنی چاہئیں۔

کثرت جلق بلاشبہ ایک نوجوان کے جسم اور ذہن کے اکثر عوارض کا سبب بن جاتی ہے بلوغت کے اوائل (بارہ تیرہ سال کی عمر میں) میں اگر جلق شروع کر دی جائے تو عضو تناسل کی افزائش رُک جاتی ہے اُس کا نظام عصبی ماؤف ہو جاتا ہے اور ذکاوت حس کے باعث سرعت انزال کا شکار ہو جاتا ہے اُس کا بدن کمزور و ناتواں ہو جاتا ہے آنکھیں اندر دھنس جاتی ہیں اور ان کے گرد سیاہ حلقے پڑ جاتے ہیں آنکھوں کی پتلیاں بے رونق اور بے نور ہو جاتی ہیں مزید برآں جلق کی کثرت سے ذہنی و جسمانی طور پر مریض کئی عوارض کا شکار ہو جاتا ہے جن میں چند ایک درج ذیل ہیں:

مشت زنی کی کثرت اور اس کے بعد ہونے والی اُداسی کے سبب:

جسمانی نقصانات واثرات:

۱۔ آنکھوں کی پتلیاں بے رونق اور بے نور ہو جاتی ہیں۔
۲۔ جسمانی کمزوری ہو جاتی ہے جس کی وجہ سے بدن کمزور و ناتواں ہو جاتا ہے۔
۳۔ مریض جریان کا شکار ہو جاتا ہے۔
۴۔ بینائی میں کمی واقع ہو جاتی ہے۔
۵۔ معدہ اکثر و بیشتر خراب رہتا ہے۔
۶۔ چہرے کا رنگ مٹیالا ہو جاتا ہے اور پھنسیاں نکلتی ہیں۔
۷۔ پڑھائی میں دل نہیں لگتا۔
۸۔ آنکھیں اندر دھنس جاتی ہیں اور ان کے گرد سیاہ حلقے نمایاں ہو جاتے ہیں۔
۹۔ ہاتھوں پر پسینہ آتا ہے اور یہ سرد رہتے ہیں۔

۱۰۔ چہرہ بے رونق ہو جاتا ہے اور پژمُردگی طاری رہتی ہے۔

۱۱۔ کمر کا نچلا حصہ انتہائی کمزور ہو جاتا ہے جس کی وجہ سے مریض زیادہ دیر تک کھڑے رہنے سے قاصر ہوتا ہے۔

۱۲۔ منی پتلی ہو جاتی ہے اور منی کے کیڑے معدوم ہو جاتے ہیں۔

۱۳۔ کوئی بھی کام مستقل یا زیادہ دیر تک کرنے سے قاصر رہتا ہے اور مریض کوئی بھی کام شروع کر کے اسے مکمل نہیں کر پاتا۔

۱۴۔ ذکاوتِ حس کے سبب سُرعت انزال کا عارضہ لاحق ہو جاتا ہے۔

۱۵۔ مریض مخاطب کی آنکھوں میں آنکھیں ڈال کر بات نہیں کر سکتا۔

عضوِ تناسل پر اثرات:

جلق یا مشت زنی کے سبب دیگر جسمانی اثرات کے علاوہ عضوِ تناسل پر بہت زیادہ منفی اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ بہت زیادہ مشت زنی کے سبب عضوِ تناسل کی رگیں اور عضلات کمزور ہونا شروع ہو جاتے ہیں اور حساسیت بڑھ جاتی ہے جس کی وجہ سے شہوت انگیز خیالات کے آتے ہی منی خارج ہونے لگتی ہے۔ سرعت انزال کا عارضہ بھی کثرتِ جلق کے سبب ہی لاحق ہوتا ہے اور اس کی وجہ یہ ہے کہ جلق کے سبب عضوِ تناسل کی رگیں بہت زیادہ حساس ہو جاتی ہیں جس کی وجہ سے تھوڑی سی شہوت ہی خلاص کر دیتی ہے' ایسے مریض ٹائم لگانے کی خاطر سُن کر دینے والی بیرونی ادویہ کا سہارا لیتے ہیں اور بالآخر انہی کے محتاج ہو جاتے ہیں۔ یہ بات بھی قابل ذکر ہے کہ ہاتھ کی رگڑ سے عضوِ تناسل کی رگیں اور پٹھیں کمزور ہو جاتے ہیں اور اس کی نشوونما رُک جاتی ہے اور اس کے نتیجے میں عضوِ مخصوص سائز سے چھوٹا رہ جاتا ہے۔

عضوِ تناسل کے سائز پر اثرات:

کثرتِ جلق یا مشت زنی کے سبب عضوِ تناسل کے سائز پر بھی منفی اثرات مرتب ہوتے ہیں اور ان میں سے سب سے نمایاں اثر عضو کی جڑ پر ہوتا ہے کیونکہ کثرتِ جلق کے

سبب عضو کی جڑ کمزور ہو جاتی ہے اور اس وجہ سے عضو کے اکڑاؤ (erection) میں فرق آ جاتا ہے یعنی عضو میں بھرپور تناؤ نہیں آتا اور یہ تناؤ کی حالت میں بھی نرم رہتا ہے۔

کچھ افراد میں یہ مغالطہ پایا جاتا ہے کہ مشت زنی کرنے والے افراد کے عضوِ تناسل سائز میں بڑے ہو جاتے ہیں حالانکہ یہ حقیقت ہے کہ مشت زنی سائز کو بڑھانے کی بجائے کم کرنے کا سبب بنتی ہے کیونکہ (ایک محتاط اندازے کے مطابق) مشت زنی عموماً 12 یا 13 سال کی عمر سے (تقریباً ہر لڑکے میں) شروع ہو جاتی ہے اور یہی عمر تمام اعضاء کی نشوونما کی ہوتی ہے۔ مشت زنی کے سبب عضو تناسل کے عضلات اپنی مکمل نشوونما پانے سے قاصر رہتے ہیں جسکی وجہ سے عضو سائز میں کم رہ جاتا ہے۔

یہ بات بھی واضح ہونی چاہیے کہ عضوِ تناسل کا سائز ہر فرد میں دوسرے فرد سے مختلف ہوسکتا ہے اور یہ فرق معمولی نوعیت کا ہوتا ہے۔ اکثر نوجوان عضوِ تناسل کے سائز اور بناوٹ کی وجہ سے پریشان رہتے ہیں، ماہرین کے مُطابق جس شخص کے عضوِ تناسل کی لمبائی ۳ تا ۴ انچ ہو اور اس مین خیزش کی صلاحیت پائی جائے تو یہ بہ حسن وخُوبی وظیفہ زوجیت ادا کرنے اور اپنے شریکِ حیات کو مطمئن کرنے کے قابل ہوتا ہے۔ عضوِ تناسل کی لمبائی اوسطاً 16 سینٹی میٹر (6.3 انچ) ہوتی ہے۔ نوے فیصد مردوں کے عضوِ تناسل کا سائز 14.5 سینٹی میٹر (5.6 انچ) ہوتا ہے اور تمام تر دعووں کے باوجود 17.5 سینٹی میٹر (7 انچ) کے درمیان ہوتا ہے (کئی افراد عضو کے پیچھے سے پکڑ جنگاسوں کی جلد کو اندر کی طرف کھینچ لیتے ہیں جس کی وجہ سے وقتی طور پر عضو بڑا اور لمبا نظر آتا ہے کیونکہ عضو کا تھوڑا بہت حصہ تقریباً ۴ فیصد، جلد کے اندر بھی ہوتا ہے)۔

عدم ایستادگی کی حالت کے حجم (سائز) سے ایستادگی کے سائز کا دُرست اندازہ نہیں لگایا جاسکتا۔ نرم حالت میں یہ 7.5 سینٹی میٹر (3 انچ) سے 15 سینٹی میٹر (6 انچ) ہوسکتا ہے۔ اور اس کا انحصار کمرے کے درجہ حرارت پر ہوتا ہے۔ نرم حالت میں سکڑ کر بہت چھوٹے نظر آنے والے عضو اِستادہ ہو کر نرمی کی حالت میں بڑے نظر آنے والوں سے زیادہ

طویل ہوتے ہیں۔ ایک قدیم ماہر جنیات کے مُطابق اس کے ایک مریض کا عضوِ ایستادہ حالت میں محض 2.5 سینٹی میٹر (1 انچ) تھا۔ حالتِ خیزش یا عام حالت میں عضوِ تناسل ہر شخص میں یکساں نہیں ہوتا جس طرح ہر انسان کے کان آنکھ ناک اور دیگر اعضاء ایک دوسرے سے مُختلف ہوتے ہیں اسی طرح عضوِ تناسل کی بناوٹ بھی ایک جیسی نہیں ہوتی اس لیے یہ ضروری نہیں ہوتا کہ ہر کسی میں اس کا عضوِ تناسل ایک جیسے زاویے سے کھڑا ہو یا نظر آئے۔

یاد رکھیں کہ عضو عورت کی اندامِ نہانی میں داخل ہو جائے' سائز کچھ بھی ہو استقرارِ حمل ہو سکتا ہے۔ ماہرین کے مُطابق چھوٹے سائز کے عضو کے بار بار دخول و خروج سے فریقِ ثانی کو زیادہ لُطف حاصل ہوتا ہے۔ طویل عضو کے مقابلے میں جڑ کے پاس سے موٹا (فربہ) عضو فریقِ ثانی کے لیے زیادہ لُطف کا سبب قرار دیا جاتا ہے ویسے زیادہ بڑا عضو درد و تکلیف کا سبب اور بیضہ دانیوں کے لیے نقصان دہ ثابت ہو سکتا ہے بلکہ اس کے بہت بڑے ہونے کی صُورت میں جنسی ملاپ بے حد مُشکل ہو جاتا ہے۔ (مغرب زدہ بے شرم معاشرے میں عام برہنہ فلموں میں دکھائے جانے والے بڑے سائز کے عضوِ تناسل کیمرے کا کرشمہ ہوتے ہیں' کیمرے کے ذریعے سے انہیں ۳۰ فیصد زیادہ بڑا دکھایا جا سکتا ہے' اس کے علاوہ پمپ کی مدد سے بھی یہ کام کیا جاتا ہے۔ یہ محض دھوکا ہوتا ہے جو نوجوانوں کو احساسِ کم تری میں مُبتلا کرتا ہے۔ اسی طرح دُبلے پتلے لوگوں کا عضو موٹے لوگوں کی نسبت بڑے نظر آتے ہیں کیونکہ ان کے پیڑو پر چربی کی تہ نہیں ہوتی)۔

شیری ہائٹ کی سروے رپورٹ کے مطابق عمومی خواتین کو لمبے عضو ناگوار لگتے ہیں' خواتین کے مطابق خیزش مضبوط ہونی چاہیے' سائز چاہے کچھ بھی ہو اس سے فرق نہیں پڑتا' بلکہ (سروے کے دوران) کئی خواتین نے بتایا کہ لمبے عضو والے مردوں سے جماع کے بعد مزہ یا لطف آنے کی بجائے تکلیف و درد کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔

ذہنی و نفسیاتی اثرات:

۱۔ بے چینی، مایوسی اور جھجک طاری ہو جاتی ہے۔
۲۔ ذہنی کمزوری کی وجہ سے نظام اعصاب ماؤف ہو جاتا ہے۔
۳۔ خود اعتمادی کی کمی واقع ہو جاتی ہے۔
۴۔ مریض میں مستقل مزاجی نہیں رہتی۔
۵۔ مریض متلون مزاج اور چڑچڑا ہو جاتا ہے۔
۶۔ مریض تنہائی پسند ہو جاتا ہے۔
۷۔ مریض شادی سے بھاگتا ہے۔
۸۔ مریض ٹوٹے پھوٹے جملوں میں اپنا مفہوم ادا کرتا ہے۔
۹۔ مریض لباس کے معاملے میں لاپرواہ ہو جاتا ہے۔
۱۰۔ مریض جسمانی صفائی کا خیال نہیں کرتا۔
۱۱۔ مریض ہر وقت کسی انجانے خوف سے دوچار رہتا ہے۔
۱۲۔ ہاتھوں اور ٹانگوں پر کپکپی طاری رہتی ہے۔
۱۳۔ مریض عورتوں سے بات کرتے ہوئے گھبراتا ہے۔
۱۴۔ مریض معمولی سا کام بھی سلیقے سے نہیں کر سکتا۔
۱۵۔ مریض کسی کے ساتھ بھی کھل کر بات نہیں کر سکتا۔
۱۶۔ شادی کے خیال سے گھبراتا ہے۔
۱۷۔ یادداشت کمزور ہو جاتی ہے۔
۱۸۔ ایک کام کرنے کے بعد بار بار خود ہی چیک کرتا ہے۔
۱۹۔ ہر وقت غیر یقینی کی کیفیت طاری رہتی ہے۔
۲۰۔ مریض مجمع میں جانے اور بات کرنے سے گھبراتا ہے، بالخصوص لڑکیوں سے بات نہیں کر سکتا اور اگر انتہائی مجبوری کی حالت میں لڑکیوں سے بات چیت کرنی بھی

پڑے تو قطرے خارج ہونے لگتے ہیں، اس لیے مریض لڑکیوں سے کترانے لگتا ہے اور کوشش کرتا ہے کہ ان کا سامنا ہی نہ ہو۔

حال ہی میں ایک برطانوی رسالے نے جدید ریسرچ کی روشنی میں جلق کے متعلق ایک رپورٹ شائع کی جس کا خاکہ ذیل میں پیش کیا جارہا ہے:

Why Do Men Masturbate?

Male penile Masturbation (hand job, waking, jacking off) and penis massage is the deliberate stimulation of one's own genitals to achieve sexual arousal for sensual pleasure and orgasms (climax). It is done at least occasionally by a majority of both men and women. In one recent national survey study, 95 percent of men and 89 percent of women reported having masturbated. It is the first overt self-gratification sexual act for the majority of men and women, although more women than men engage in sexual intercourse before they ever start masturbating. Most men who masturbate tend to do so more often than women, and they are more likely to report always or usually experiencing orgasm when they masturbate (80 percent to 60 percent respectively). It is the second most common sexual behavior (sexual intercourse being first), even for those who have a regular sexual partner. Most children - often from the time they are infants onward - find the

occasional stimulation of their genitals sensually pleasing, but do not come to understand this behavior as "sexual" until late childhood or adolescence. During adolescence, the percentage of both sexes who report genital masturbating increases dramatically, especially for males. Most people continue to masturbate in adulthood, and many do so throughout their lives.

Is masturbation harmful?

This question may not be important to every one esp. if you have not started masturbation or you do not do it frequently. However if you are very excited about sex (and masturbation), you should bear in mind that masturbation is harmful. This question is quite controversial because many people including doctors say it is not harmful at all and as a matter of fact they say it is very healthy. But there are a lot of other people like 'hakims' and common people who say it is harmful. Knowing the point of views of both the people and being a person who has been affected by it, i can tell you that masturbation is harmful. However i do not want you to get scared of it. The harmful effects of masturbation are slow and spans on a long duration of time. Say if you are masturbating 2 times a day every day

for two years, you will get yourself in trouble. Only then will you know that you got some problem because of masturbation. I have mentioned in detail the problems of over masturbation (or too much masturbation) in the left column of the page. Bear in mind that I DO NOT support hakims. If you have already got problems with masturbation, you should consult any doctor.

The harmful effects of masturbation include discharge of semen when u think about girl, reduction in penis size, tapering of penis in the base, reduced erection size, reduced amount of orgasm and the worst of all premature ejaculation. All of these problems are a big problems by themselves but thinking that they all are caused because of too much masturbation, i will say that masturbation is harmful.

Now there is a question, i masturbate for a long period of time and am continuing it without any worried and one day i found out that i have all these problems (that i leek when i think about girls and my penis has shrinked in the base and i ejaculate too early and can not control my self). In my case I was totally ignorant of the effects of masturbation. I found out when a friend of mine told me

about this which scared me to death. He gave me a pamphlet which said that ever masturbation will cause these problems and you will not be able to satisfy your wife and hence it will cause your marriage to break. At this i was scared to hill because i used to masturbate. When i went home and i thought about girl and thought about checking myself (even though i was scared because i did have that problem what would i do?). I check the tip of my penis scarily and i noticed that i was leaking. Then when i had looked at my penis, it had also shrunk in the base. Eventually everything that was their in the pamphlet came out true for me. So in my case it was ignorance and lake of sex education. Secondly since i never had any sexual activity with any one i did not know much about it. Hence i would the big culprit in this case is ignorance. You are doing something and you do not know its effect because either you just enjoy it or no one else informs you about that. Parent never talks to their children about sex and they are very easy victims of this kind of problems. So you better talk to your parents or try yourself to get some knowledge about it.

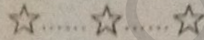
Now the harmful effects of masturbation are not just

restricted to those physical problems that i have discussed. It also affects memory. It will also affect your social behavior because you would tend to be isolated and lonely. Eventually if you fall into all this problems there will be a new kind of world for you, which will not be a reality. Your world will be full of frustration. All you will think about is that you are not enough for a girl and you will never be married. I have been through all this and I do not want anyone to go in that direction. It is better to educate yourself about it.

Lastly if you masturbate do not think that you will get weak and lean (slim). Infect you will look perfectly alright. You could get lean and weak if you have some other personnel problems that you are worried about. But bear in mind that masturbation alone will not make you lean and weak. And since you are in puberty which is the period you are full with energy, you will never notice these things. The best you can do is try to stop masturbation. This will be extremely good for you older life and for your sex life after marriage.

This question my not be important to every you if you have just attended puberty. But this is important in a sense

that if you are aware of the facts you will be more caution in your future. Yes masturbation can be harmful to your health. Now when i say health, i am not discussing your health from the point of view that you will become meagre and slim so that every one will guess you have masturbation. Infect you will appear pretty much ok. However internally you will be getting weak. It also has diverse effect your memory.



کس قدر کی جانے والی جلق خطرناک ہے؟

کس قدر مشت زنی خطرناک ہوتی ہے، اس سلسلے میں ہر فرد دوسرے فرد سے مختلف اثرات رکھتا ہے اور ہر فرد دوسرے فرد سے مختلف نوعیت اور طریقے سے یہ عمل ادا کرتا ہے، جیسے کچھ افراد چوبیس گھنٹے میں دو مرتبہ مشت زنی کرتے ہیں جبکہ کچھ افراد ہفتہ میں دو مرتبہ یہ عمل کرتے ہیں اور کچھ افراد ہر دوسرے دن یہ عمل کرنے پر مجبور ہوتے ہیں، بہت کم ایسے لوگ ہوتے ہیں جو کہ کبھی کبھار مشت زنی کرتے ہیں۔ نیز یہ بات بھی قابلِ ذکر ہے کہ مشت زنی کرنے کے طریقے بھی اس کے نقصانات کو کم یا بڑھا سکتے ہیں جیسے کچھ افراد ہاتھوں کے ذریعے سے یہ عمل انجام دیتے ہیں (یہ بات بھی یاد رکھنی چاہیے کہ ہر فرد کے ہاتھ کی سختی و نرمی یکساں نہیں ہوتی، ہاتھوں کی جِلد کی سختی عضو تناسل کی رگوں کے لیے نقصان دہ ہے اور یہ سختی اُس وقت یعنی مشت زنی کرتے وقت تو محسوس نہیں ہوتی لیکن بعد از اں اس کے بداثرات ظاہر ہوتے ہیں) جبکہ کچھ افراد دیگر ذرائع سے یہ عمل کرتے ہیں۔ یورپین مما لک میں اس مقصد کے لیے مخصوص ''کھلونے'' بنائے گئے ہیں جو کہ عضو کی صحت کو کم متاثر کرتے ہیں۔

کس قدر مشت زنی مشکلات سے دوچار کر سکتی ہے؟ یہ سوال ہر فرد کے ذہن میں پیدا ہوتا ہے۔ اس سلسلے میں عام فہم بات یہی ہے کہ جب کوئی فرد جنسی ہیجان سے دوچار ہو کر یہ عمل کرتا ہے تو اس کا کوئی خاص نقصان نہیں ہوتا لیکن ایسے افراد جو یہ عمل محض تفریحِ طبع کے لیے بار بار انجام دیتے ہیں وہ مشکلات سے دوچار رہتے ہیں۔ درج ذیل معمولات کو پیشِ نظر رکھ کر نقصانات کا اندازہ کیا جا سکتا ہے:

۱۔ منی کی مقدار (The amount of Semen)

منی یا سیمن (semen) کی ہر بار ''فارغ'' ہونے پر ایک مخصوص مقدار میں خارج ہوتی ہے، لیکن ایسے افراد جو بہت زیادہ مشت زنی کرنے لگتے ہیں ان میں یہ مقدار کم ہو جاتی ہے۔ اس لیے مقدار کی کمی دیکھ کر سمجھ جانا چاہیے کہ خطرے کا سگنل بج چکا ہے۔ منی کی مقدار اُسی وقت کم ہوتی ہے جب اس کا ذخیرہ کم ہونے لگتا ہے۔

۲۔ مشت زنی کی مدت (Duration of Masturbation)

بہت زیادہ مشت زنی کرنے کے بعد حساسیت بڑھ جاتی ہے جس کی وجہ سے ایسے افراد فوری طور پر ''فارغ'' ہو جاتے ہیں۔ یہ بھی خطرے کی علامت ہے، ایسے افراد کو سمجھ جانا چاہیے کہ یہ حد سے زیادہ مشت زنی کر رہے ہیں۔

۳۔ عضوِ تناسل کی صحت (Penis Health)

جب مشت زنی کے دوران عضوِ تناسل کی اکڑاہٹ (erection) میں فرق آ جائے یعنی یہ مکمل تناؤ (rock hard or very hard) میں نہ آ سکے تو سمجھ جانا چاہیے کہ مشت زنی حد سے زیادہ کی جا رہی ہے۔

۴۔ قطرے نکلنا (Spermatorrhea)

جب لڑکیوں کے خیال سے یا شہوانی سوچ سے منی کے قطرے گرنے لگیں تو یہ بھی حد سے زیادہ کی جانے والی مشت زنی کے بدنتائج ہیں۔

۵۔ عضوِ تناسل کا سکڑاؤ (Shrunken of Penis)

جب عضوِ تناسل جڑ سے سکڑنا شروع ہو جائے تو یہ مشت زنی کی تباہ کاریوں میں سے سب سے بڑی تباہ کاری ہے۔

۶۔ ذہنی و جسمانی کمزوری (Weakness)

کمزوری جو حد سے زیادہ ہو جائے اور مریض ذہنی و جسمانی دونوں طرح سے کمزوری کے زیرِ اثر ہو جائے تو یہ مشت زنی کی تباہ کاری کا نتیجہ ہے۔

جلق سے متعلق چند مغالطے

اس میں کوئی شک نہیں رہا کہ کثرتِ جلق ذہنی و جسمانی صحت کے لیے انتہائی نقصان دہ ہے، اب یہاں پر یہ سوال بھی پیدا ہوتا ہے کہ کثرتِ جلق یعنی جلق یا مشت زنی کی زیادتی نقصان دہ ہے تو کیا کم مقدار میں کی جانے والی جلق یا مشت زنی کے نقصانات نہیں ہیں؟ اس کا سیدھا سا جواب تو یہی ہو سکتا ہے کہ زیادہ نقصانات نہیں ہیں لیکن یہ بات ذہن میں رہنی چاہیے کہ جلق ایک ایسی عادت ہے جو کہ آہستہ آہستہ پروان چڑھتی ہے یعنی جب کوئی شخص جلق لگاتا ہے اور کوشش کرتا ہے کہ وہ کم سے کم تعداد میں جلق لگائے گا تو وہ غلطی پر ہوتا ہے کیونکہ ایک بار یہ لت پڑ جائے تو پھر اس کی تعداد پر قابو نہیں رہتا۔

جلق سے متعلق عموماً کچھ مغالطے رائج ہیں جو کہ کچھ تو بوڑھے بزرگوں نے خود سے مشہور کر رکھے ہیں تاکہ نوجوان نسل اس عمل سے باز رہے اور کچھ مغالطے اتائی معالجین کے بنائے گئے ہوتے ہیں۔ بہر حال ذیل میں چند ایسے ہی مغالطوں سے متعلق بیان کیا جا رہا ہے جو عوام الناس میں مشہور ہو چکے ہیں:

مغالطہ: مشت زنی یا جلق اندھا کر دیتی ہے؛

حقیقت: مشت زنی کے سبب آج تک کوئی شخص اندھا نہیں ہوا ہاں یہ الگ بات ہے کہ کثرتِ مشت زنی کے سبب پیدا ہونے والی کمزوری بینائی پر اثر انداز ہو۔

مغالطہ: مشت زنی یا جلق کرنے والوں کی ہتھیلیوں پر بال اُگ آتے ہیں؛

حقیقت: یہ بڑے بوڑھے لوگوں کا بنایا ہوا مفروضہ ہے اور شاید اس کی وجہ نوجوان نسل کو اس عمل سے باز رکھنا ہے، جبکہ اس میں رتی برابر بھی حقیقت نہیں ہے۔

مغالطہ: مشت زنی یا جلق کرنے والے نامرد ہو جاتے ہیں؛

حقیقت: اس میں کوئی شک نہیں کہ کثرتِ جلق ضعفِ باہ (نامردی یا بانجھ پن کا نہیں) کا سبب ہے لیکن یہ کہنا کہ جلق یا مشت زنی کرنے والے تمام افراد نامرد ہو جاتے ہیں' غلط ہے۔

مغالطہ: مشت زنی یا جلق کرنے والے افراد ذہنی بیمار ہوتے ہیں یا پاگل ہو جاتے ہیں؛

حقیقت: ذہنی کمزوری یا ذہنی پسماندگی تک کی بات تو کسی حد تک صحیح مانی جا سکتی ہے لیکن کہ کہنا کہ تمام ایسے افراد جو کہ جلق کی عادت میں مبتلا ہیں وہ پاگل ہو جاتے ہیں یا دماغی بیماریوں میں مبتلا ہو جاتے ہیں' محض ایک مغالطہ ہے۔ اگر یہ حقیقت ہوتی تو تقریباً ہر فرد (ایک سروے کے مطابق 99.9 فیصد افراد جلق کی عادت میں مبتلا رہ چکے ہوتے ہیں) ہی پاگل یا دماغی مریض ہوتا۔

مغالطہ: مشت زنی یا جلق کرنے والے افراد میں مستقل طور پر جنسی ناطاقتی' جنسی خواہش کی کمی اور جنسی عمل میں ناکامی کا شکار رہتے ہیں؛

حقیقت: کثرتِ جلق کرنے والے افراد جنسی ناطاقتی' خواہش کی کمی یا جنسی عمل میں ناکامی یعنی سرعت انزال یا تناؤ میں کمی کا شکار رہتے ہیں' لیکن یہ صورت مستقل نوعیت کی نہیں ہوتی جب کوئی فرد کثرتِ جلق سے جان چھڑا لیتا ہے تو اُس کی کھوئی ہوئی طاقت بحال ہو سکتی ہے۔

مغالطہ: مشت زنی یا جلق لگانے والے افراد کی منی مستقل طور پر کم یا کمزور ہو جاتی ہے؛

حقیقت: کثرتِ جلق کے سبب منی کی مجموعی طاقت و مقدار میں فرق پڑتا ہے لیکن ہفتہ دس دن کے وقفے کے بعد منی یا منی کے جرثومے (اسپرمز =sperm) اپنی اصل حالت میں ہی آتے ہیں۔

جلق کا ہومیو پیتھک علاج

ذیل میں دنیا بھر کے معروف ہومیو پیتھک معالجین کے خیالات پیش کیے جا رہے ہیں جو کہ انہوں نے اس عارضے کے لیے مفید خیال کیے:

- ڈاکٹر جار اپنی کتاب ''فورٹی ائیر پریکٹس'' میں مشت زنی کے مابعد اثرات کے لیے درج ذیل ادویات کی سفارش کرتے ہیں:
نکس وامیکا، سلفر اور کلکیر یا کارب جلق کی عادت کو چھڑانے کے لیے بہترین دوائیں ہیں۔
- ڈاکٹر نیش ''لیڈرز ان ہومیو پیتھک تھیراپیوٹکس'' میں مُشت زنی کے لیے درج ذیل ادویات بتاتے ہیں:
فاسفورک ایسڈ، پلاٹینا، سلیکس نائیگرا، بیوفو رانا، سٹفی سیگریا، سیبل سیرولاٹا۔
- ڈاکٹر کوپرتھ وائٹ اپنے میٹریا میڈیکا کے تھیراپیوٹک انڈکس میں لکھتے ہیں:
چائنا، فاسفورک ایسڈ، سٹفی سیگریا، کلکیر یا کارب، نکس وامیکا، کوکا، کونیم، سلی نیم اور سلفر مُشت زنی کے بُرے اثرات کو دُور کرنے کی صلاحیت سے مالا مال ہیں۔
- ڈاکٹر کلارک ''پریسکرائیبر'' میں مُشت زنی کے متعلق اپنے خیالات کا یُوں اظہار کرتے ہیں: اوری گینم مردوں کے لئے جب کہ گریشی اولا عورتوں کے لیے بہترین دوائیں ہیں۔ بیوفو رانا کا مریض تنہائی کا طالب ہوتا ہے۔ پکرک ایسڈ کے مریض میں ایسی ایستادگیاں پائی جاتی ہیں جو کہ باعثِ درد ہوتی ہیں۔ چائنا کا مریض انتہائی کمزوری محسوس کرتا ہے۔ کلکیر یا فاس میں شدید خواہشِ نفسانی اور عادت پائی جاتی ہے۔ نیٹرم میور کے مریض میں قبض اور کمزوری نمایاں علامات

ہیں۔ سلفر کے مریض میں فمِ معدہ میں بیٹھنے کا احساس ہوتا ہے۔ کلکیریا کارب کے مریضوں کے ہاتھ پاؤں ٹھنڈے ہوتے ہیں اور ان پر چپچپا پسینہ آتا ہے۔ سٹفی سیگریا کے مریض میں چڑچڑاپن بہت زیادہ پایا جاتا ہے اور آلاتِ تناسل کی کمزوری بھی نمایاں ہوتی ہے۔ اسٹی لاگو کے مریض میں مُشت زنی کی ناقابلِ برداشت خواہش پائی جاتی ہے اور فاسفورک ایسڈ کے مریض کا پیشاب دودھیا رنگ کا ہوتا ہے اور بار بار آتا ہے۔

- ڈاکٹر دولت سنگھ نے سٹافی سیگریا مدر ٹنکچر کو جلق کے بداثرات کو دُور کرنے کے لیے مجرب دوا کہا ہے۔
- ڈاکٹر جہار نے بچوں کی جلق کی عادت چھڑانے کے لیے سٹافی سیگریا۔1x کو مُفید کہا ہے۔
- ڈاکٹر رام لعل کے مطابق جلق کی بدعادت چھُڑانے کے لیے بیوفورانا مدر ٹنکچر بہترین دوا ہے۔
- ڈاکٹر کاشی رام نے مُشت زنی کی عادت چھڑانے کے لیے اسٹی لاگو میڈس اور سٹافی سیگریا کو تجویز کیا ہے۔
- ڈاکٹر کلارک کہتے ہیں کہ مُشت زنی کی ناقابلِ برداشت خواہش کو ختم کرنے کے لیے اسٹی لاگو میڈس مدر ٹنکچر بہترین دوا ہے۔
- ڈاکٹر بشمبر داس نے جلق کی قبیح عادت چھڑانے اور اس کے بداثرات کو ختم کرنے کے لیے کلاڈیم مدر ٹنکچر کی سفارش کی ہے اس کے علاوہ اگر اس عادت کی وجہ سے جریان اور عضوِ مخصوص کی کمزوری اور کمی شہوت واقع ہو جائے تو ایگنس کاسٹس کی سفارش کی ہے۔
- ڈاکٹر بورک نے جلق کے باعث لاحق ہونے والی بیماریوں کے لیے اسٹی لاگو مدر ٹنکچر کو بہترین دوا کہا ہے۔

- ڈاکٹر کلارک نے بڑھی ہوئی نفسانی حس کے ہمراہ مُشت زنی کی عادت چھڑانے کے لیے اوری گینم مدر ٹنکچر کو بھروسے کی دوا کہا ہے۔

روز مرہ پریکٹس کے دوران درج ذیل ادویات کے بہترین نتائج برآمد ہوئے ہیں:

- شہوت بہت زیادہ بڑھی ہوئی ہو اور خواہش کو کم کرنا مقصود ہو تو سلیکس نائیگرا اوری گینم، سٹیفی سیگریا یا اسٹی لاگو۔Q طاقت میں بہترین ادویہ ہیں۔
- جب مریض کی خواہش اس قدر بڑھ جائے کہ وہ تنہائی کا طالب ہو تو بیو۔۲۰۰ فو بہترین دوا ہے۔
- جب کوئی فرد کثرت شہوت کے باعث بے ہودہ بکواس کرے اور اپنے اعضائے تناسل کو ننگا کر دے تو ہائیوسائمس۔۱۰۰۰ سے کنٹرول ہو جاتا ہے۔
- اگر بچہ ہر وقت اپنے اعضائے تناسل کو ہاتھ میں پکڑے رکھے تو سٹرامونیم۔۳۰ چند دن دینے سے یہ عادت دُور ہو جاتی ہے۔
- مریض معمولی سے بات پر سیخ پا ہو جائے، چڑچڑاپن حد درجہ بڑھ جائے، معمولی تنقید بھی برداشت نہ کر سکے تو سٹافی سیگریا۔۱۰۰۰ کی ایک خوراک حالات کو بدل دیتی ہے۔
- مُشت زنی کی ناقابلِ برداشت عادت کو اسٹی لاگو۔Q سے قابو میں لایا جا سکتا ہے۔
- مریض مجلس سے نفرت کرے اور تنہائی کا طلب گار ہو تو تھوجا اور اسٹی لاگو سے بہتر ہو جاتا ہے۔
- مریض کو جب بھی موقع ملے تو مُشت زنی کرے تو ہائیوسائمس سے بہتر ہو جاتا ہے۔
- صبح جاگنے پر مُشت زنی کی عادت ہو تو اگاریکس۔۳۰ ہفتہ بھر دینے سے مریض ٹھیک ہو جاتا ہے۔
- مُشت زنی کی طرف بہت زیادہ رُجحان ہو تو ایلومینا، کلکیر یا کارب، کاربوویج،

چائنا یا تھوجا سے یہ رُجحان کم ہو جاتا ہے۔

- مریض ڈپریشن کے وقت مُشت زنی کرے تو سٹفی سیگریا دیں یا ایک خوراک کارسی نوسن کی دیگر سیو تھس کی ایک خوراک دیں۔
- مریض مرگی کا بھی مریض ہو اور مُشت زنی کی عادت ہو تو لیکس، پلاٹینا یا سٹرامونیم سے ٹھیک ہو جاتا ہے۔
- جنسی اعضاء کی خارش کی وجہ سے مُشت زنی کی خواہش غالب رہے تو سٹفی سیگریا کے متعلق سوچنا چاہیے۔
- جنونی مریض جو جنون میں آ کر مُشت زنی کرنے پر مجبور ہو تو بیلاڈونا۔۲۰۰ کی چند خوراکوں سے ٹھیک ہو جاتا ہے۔
- جس مریض کے پیٹ میں کیڑے ہوں اور وہ مُشت زنی کرے تو کلاڈیم یا سائنا دینے سے بہتر ہو جاتا ہے۔
- ایسے حضرات جو بلوغت سے پہلے ہی مُشت زنی کا شکار رہے ہوں تو انہیں پلاٹینا دینی چاہیے۔
- مریض نیند کے دوران مُشت زنی کا عادی ہو تو کیمفر۔۳۰ دینے سے افاقہ ہوتا ہے اگر مریض میں غرور بھی پایا جائے تو پلاٹینا۔۱۰۰۰ کی ایک خوراک دیں، اس کے علاوہ ایسی صُورتِ حال میں ہی تھوجا یا کاربو ویج کو بھی زیرِ غور لایا جا سکتا ہے۔
- کئی افراد کو نیند کے دوران جلق کی عادت ہوتی ہے (یعنی ایسے افراد دورانِ نیند غیر ارادی طور پر جلق لگانے لگتے ہیں) تو ایسے افراد عموماً ان چار دواؤں کے دائرہ اثر میں آتے ہیں: کیمفر، کاربو ویج، پلاٹینا، تھوجا۔
- بیلس پر۔٦ (Bellis Per-6) یہ دوا ایک ہفتہ لگاتار دن میں تین مرتبہ استعمال کرنے سے یہ عادت بہت جلد ختم ہو جاتی ہے۔
- کالی فاس 200X اور کلکیر یا فاس 200X صبح و شام دینے سے یہ عادت بہت جلد

قابو میں آجاتی ہے۔

☆...... جلق سے متعلق یاد رکھیں کہ جلق لگانے کا زبردست رجحان ہو تو بیوفورانا، پلاٹینا، اوریگانم، سٹفی سیگریا، فاسفورک ایسڈ اور لیکسس بہترین دوائیں ہیں۔ مریض جلق لگانے کی وجہ سے انتہائی پشیمان ہو اور اپنی صحت کی خرابی سے فکرمند رہتا ہو' جلق لگانے اور اغلام بازی کی عادت چھڑانے کے لئے مفید دوا فاسفورک ایسڈ ہے۔ مریض تنہائی کا طلب گار ہوتا ہے اور ایسی جگہ کی تلاش میں رہتا ہے جہاں الگ تھلگ ہو کر مشت زنی کر سکے' اس وجہ سے سرعت انزال، جریان اور نامردی ہو جائے تو بیوفورانا بہترین دوا ہوتی ہے۔ بڑھی ہوئی جنسی خواہش سے پاگل ہو جائے تو فاسفورس دوا ہوتی ہے ایسا مریض جلق لگانے کی طرف مائل ہو جاتا ہے۔ جلق لگانے کی عادت اور اس کے برے اثرات کو ختم کرنے کے لیے قابل اعتماد ادویہ میں فاسفورک ایسڈ' اوری گینم اور اسٹی لاگو بہترین دوائیں ہیں۔ ایسے مریض میں جلق کی عادت دور کرے جسے صبح غنودگی کی حالت میں ایستادگی ہو لیکن جاگ اٹھنے پر ایستادگی ختم ہو جائے' عضو سرد، لٹکا ہوا اور پلپلا ہو کلاڈیم۔ جماع کی خواہش دب جانے سے اگر مریض جلق لگانے لگے تو اس کی عادت کو روکے گی' اگر مریض کو چکر بھی آتے ہوں تو بہترین دوا ہے: کونیم۔ بلوغت سے پہلے ہی جلق لگانے کا عادی ہو جائے' نیند کے دوران مشت زنی کرے' جلق لگانے کی عادت اور اس کے برے اثرات کو دور کرتی ہیں: ٹکس وامیکا اور پلاٹینا۔ جلق باز جو اعصابی تکالیف اور ذہنی وجسمانی کمزوری میں مبتلا ہو جائیں' مریض مرد یا عورت ہو دونوں کے لیے مفید دوائیں: کالی فاس اور جیلسی میم۔ ایسے نوجوان جو جلق لگانے یا کثرت مباشرت سے نامرد ہو جائیں تو ان کے لیے لازوال دائیں لائیکو پوڈیم اور کلاڈیم ہیں۔ جلق لگانے سے شدید کمزوری یا دیوانگی ہو جائے' مریض کی آنکھوں کے نیچے سیاہی مائل نشان ہوں' مریض چڑچڑا ہو اور اس میں شرمیلا پن پایا جائے' مشت زنی

چھڑانے کے لیے اسٹی لاگو اچھی دوا ہے۔ جلق لگانے یا کثرت مباشرت سے عضو لوتھڑے کی مانند ڈھیلا ہو جائے تو کلاڈیم، جلسی میم اور ایگنس کاسٹس بہترین دوائیں ہیں۔ جلق لگانے کا رجحان ہو تو کلکیر یا فاس بھی بہترین دوا ہے۔ جلق لگانے کی وجہ سے اعصابی کمزوری، مریض شرمیلا اور چڑچڑا اور کم ہمت ہو جائے تو کالی فاس اچھی دوا ہے۔ ب مریض کی خواہش اس قدر بڑھ جائے کہ وہ تنہائی کا طالب ہو تو بیو۔۲۰۰ فو بہترین دوا ہے۔ جب کوئی فرد کثرت شہوت کے باعث بے ہودہ بکواس کرے اور اپنے اعضائے تناسل کو ننگا کر دے تو ہائیوسائمس ۔۱۰۰۰ سے کنٹرول ہو جاتا ہے۔ اگر بچہ ہر وقت اپنے اعضائے تناسل کو ہاتھ میں پکڑے رکھے تو سٹرامونیم ۔۳۰، چند دن دینے سے یہ عادت دُور ہو جاتی ہے۔ مریض معمولی سے بات پر سیخ پا ہو جائے، چڑچڑا پن حد درجہ بڑھ جائے، معمولی تنقید بھی برداشت نہ کر سکے تو سٹافی سیگریا۔۱۰۰۰ کی ایک خوراک حالات کو بدل دیتی ہے۔ مُشت زنی کی ناقابلِ برداشت عادت کو اسٹی لاگو۔Q سے قابو میں لایا جا سکتا ہے۔ مریض مجلس سے نفرت کرے اور تنہائی کا طلب گار ہو تو تھوجا اور اسٹی لاگو سے بہتر ہو جاتا ہے۔ مریض کو جب بھی موقع ملے تو مُشت زنی کرے تو ہائیوسائمس سے بہتر ہو جاتا ہے۔ صبح جاگنے پر مُشت زنی کی عادت ہو تو اگاریکس۔۳۰ ہفتہ بھر دینے سے مریض ٹھیک ہو جاتا ہے۔ مُشت زنی کی طرف بہت زیادہ رُجحان ہو تو ایلومینا، کلکیر یا کارب، کاربوویج، چائنا یا تھوجا سے یہ رُجحان کم ہو جاتا ہے۔ مریض ڈپریشن کے وقت مُشت زنی کرے تو سٹیفی سیگریا دیں یا ایک خوراک کارسی نوسن کی دیگر سیوتھس کی ایک خوراک دیں۔ مریض مرگی کا بھی مریض ہو اور مُشت زنی کی عادت ہو تو لیکسس، پلاٹینا یا سٹرامونیم سے ٹھیک ہو جاتا ہے۔ جنسی اعضاء کی خارش کی وجہ سے مُشت زنی کی خواہش غالب رہے تو سٹیفی سیگریا کے متعلق سوچنا چاہیے۔ جنونی مریض جو جنون میں آ کر مُشت زنی

کرنے پر مجبور ہو تو بیلا ڈونا۔۲۰۰ کی چند خوراکوں سے ٹھیک ہو جاتا ہے۔ جس مریض کے پیٹ میں کیڑے ہوں اور وہ مُشت زنی کرے تو کلاڈیم یا سائنا دینے سے بہتر ہو جاتا ہے۔ ایسے حضرات جو بلوغت سے پہلے ہی مُشت زنی کا شکار رہے ہوں تو انہیں پلاٹینا دینی چاہیے۔ مریض نیند کے دوران مُشت زنی کا عادی ہو تو کیمفر۔۳۰ دینے سے افاقہ ہوتا ہے اگر مریض میں غرور بھی پایا جائے تو پلاٹینا۔۱۰۰۰ کی ایک خوراک دیں اس کے علاوہ ایسی صورتِ حال میں ہی تھوجایا کاربوویج کو بھی زیرِ غور لایا جا سکتا ہے۔

☆......☆......☆

ہومیوپیتھک ادویہ کا مخزن برائے جلق

دیگر ہومیوپیتھک ادویات جو اس مرض میں کامیابی سے استعمال کرائی جا سکتی ہیں، درج ذیل ہیں:

اسٹی لیگو میڈس۔ Q، ۳۰، ۲۰۰، ۱۰۰۰ (Ustilago Maydus)

۱۔ مُشت زنی کی خواہش پر قابو پانے کے لیے لاجواب دوا ہے۔
۲۔ مریض جلق کے لیے دیوانہ ہو جاتا ہے اور ایک بار مُشت زنی کرنے کے بعد دوبارہ پھر تیار ہو جاتا ہو تو اس دوا سے یہ خواہش قابو میں آجاتی ہے۔
۳۔ مریض ڈپریشن کے دوران مُشت زنی کرنے پر مجبور ہو جائے۔
۴۔ یہ دوا پچوٹری گلینڈ اور سیکس گلینڈ کے افعال کو نارمل کر کے مُشت زنی کا میلان ختم کر دیتی ہے۔
۵۔ یہ دوا مدر ٹنکچر اور ۳۰ طاقت میں مستعمل ہے، کچھ معالجین اس دوا کو ہائی پوٹینسی میں بھی تجویز کرتے ہیں۔

اوری گینم میجورانا۔ Q، ۳۰ (Origanum Maj)

۱۔ ہر دو جنس میں جلق کے بدنتائج کو دُور کرنے کے لیے مُفید دوا مانی جاتی ہے۔
۲۔ ڈاکٹر ہیرنگ اس دوا کے متعلق لکھتے ہیں میں خواتین و حضرات دونوں کی خواہش نفسانی کی تحریک مٹانے میں اسے یکساں مُفید پایا ہے۔
۳۔ ڈاکٹر ولیم بورک کا اس دوا کے متعلق ارشاد ہے کہ یہ دوا بڑھے ہوئے نفسانی جذبات اور مُشت زنی کی نہ رُکنے والی خواہش کو دُرست کرتی ہے۔

۴۔ ڈاکٹر کاشی رام کا اس دوا کے متعلق خیال ہے کہ مردوں میں مُشت زنی اور اس وجہ سے ہونے والے احتلام کے لیے بہترین دوا ہے۔

۵۔ جنسی جوش کو کم کرنے کے لیے اس دوا کو مستقل استعمال کرنا چاہیے۔

۶۔ اس دوا کی مدد سے فاسد خیالات اور ذکاوتِ حس کو قابو میں کیا جا سکتا ہے۔

۷۔ مشت زنی کے بعد ضعفِ باہ، کم ہمتی، کم حوصلگی اور چہرہ کی مردنی ختم ہو جاتی ہے اور صحت و بشاشت ملتی ہے۔

۸۔ یہ دوا مدر ٹنکچر اور ۳۰ طاقت میں مستعمل ہے۔ اس کا مدر ٹنکچر (ایک چائے کا چمچ کی مقدار میں) مریض کے علم میں لائے بغیر دُودھ یا چائے میں ڈال کر پلائیں۔

بیوفورانا۔ ۳۰، ۲۰۰ (Bufo Rana)

۱۔ مُشت زنی کی تحریک پر قابو پانے والی بہترین دوا ہے۔

۲۔ مریض ہر وقت مُشت زنی کرنے کے لیے تنہائی کا طالب رہتا ہو تو اس دوا کی چند خوراکوں سے ہی ٹھیک ہو جاتا ہے۔

۳۔ مُشت زنی کی وجہ سے مریض کُند ذہن اور احمق ہو جاتا ہے۔

۴۔ اس دوا کے مریض کا چہرہ احمقوں جیسا ہوتا ہے ایسے مریض کھانے، پینے اور جنس کے علاوہ کسی چیز کو نہیں سوچتے۔

۵۔ مریض انزال کے دیگر طریقے دستیاب ہونے کے باوجود مُشت زنی کرنے کو ہی ترجیح دے تو یہ دوا نافع ہوتی ہے۔

۶۔ یہ دوا ۳۰ اور ۲۰۰ طاقت میں مستعمل ہے، ۳۰ طاقت میں ۵ قطرے فی خوراک (دن میں تین مرتبہ) جبکہ ۲۰۰ طاقت کے ۳ قطرے فی خوراک (روزانہ ایک خوراک) استعمال کریں۔

پلاٹینم میٹ۔ ۳۰، ۲۰۰، ۱۰۰۰ (Platinum Met)

۱۔ اُبھرتے ہوئے شباب میں جلق لگانے والے لڑکے اس دوا سے قابو میں آتے

ہیں۔

۲۔ اس دوا کے مریض انتہائی متکبر اور کسی کو خاطر میں نہ لانے والے ہوتے ہیں۔

۳۔ مغرور اور مجلوق حضرات کی کامیاب دوا ہے۔

۴۔ اس دوا کا مریض ٹانگیں چوڑی کر کے سوتا ہے۔

۵۔ یہ دوا ۳۰ اور ۲۰۰ طاقت میں مستعمل ہے، ۳۰ طاقت میں ۵ قطرے فی خوراک (دن میں تین مرتبہ) جبکہ ۲۰۰ طاقت کے ۳ قطرے فی خوراک (روزانہ ایک خوراک) استعمال کریں۔ کچھ معالجین اس دوا کو ہائی پوٹینسی میں بھی استعمال کراتے ہیں۔

ٹری بیولس ٹیرسٹرس (Tribulus Terr)

۱۔ مشت زنی کے بدنتائج کے لیے بہترین دوا ہے۔

۲۔ مریض کو پیشاب کی دشواری کا سامنا رہتا ہے۔

۳۔ آلاتِ تناسل کی کمزوری اور مشت زنی کے بعد ہونے والی شکایات میں مجرب ہے۔

۴۔ یہ منی کا گاڑھا کر کے سرعت انزال کی شکایت کو رفع کرتی ہے۔

۵۔ کثرتِ جماع کے بدنتائج کو دُور کرنے میں سرعت سے کام کرنے والی دوا ہے۔

۶۔ پراسٹیٹ گلینڈ کا ورم اور اس کی وجہ سے کمزوری و پیشاب کی شکایات ہوں تو یہ دوا بہت جلد بہتری پیدا کرتی ہے۔

۷۔ مدرٹنکچر میں 10 سے 15 قطرے فی خوراک دن بھر میں تین خوراکیں کچھ عرصہ لگاتار استعمال کرائیں۔

چائنا۔x۳ (China)

۱۔ جب مریض کافی عرصہ تک اس عادت کا شکار رہا ہو اور کمزوری و سُستی غالب آگئی ہو تو یہ دوا بہترین کام کرتی ہے۔

۲۔ اگر مریض کے خیالات بکھرے ہوئے ہوں اور کسی چیز کی طرف رُجحان نہ رہا ہو اور

نیند غائب ہو جائے تو نافع دوا ہے۔

۳۔ معدہ میں بوجھ اور سردی کا احساس غالب ہوتا ہے۔

۴۔ مریض سرد مہر، بے پرواہ، سرکش اور کم گو ہوتا ہے، ذہن میں ہر وقت خیالات کی بھرمار رہتی ہے۔

۵۔ یہ دوا 3x طاقت میں (دن میں چار مرتبہ) استعمال کرنے سے بہت جلد بہتری واقع ہونے لگتی ہے۔

سٹافی سیگریا۔۳۰۔۲۰۰ (Staphysagria)

۱۔ ڈاکٹر گال اور ڈاکٹر ٹال کاٹ کی مُشترکہ رائے ہے کہ لڑکوں اور لڑکیوں کی جلق کی عادت چھڑانے کے لیے اس دوا سے بہتر کوئی دوا نہیں ہے۔

۲۔ اس دوا کے مریضوں کی آنکھوں کے گرد سیاہ حلقے نمایاں ہوتے ہیں اور آنکھیں اندر دھنسی ہوئی ہوتی ہیں۔

۳۔ جنسی خیالات کی کثرت ہوتی ہے جس کی وجہ سے مُشت زنی کی شدید خواہش ہوتی ہے یہ کیے بغیر نیند نہ آئے۔

۴۔ جماع کے بعد فوراً پھر مُشت زنی کرنی پڑے۔

۵۔ اس دوا کے مریضوں میں مُشت زنی کی عادت عموماً گیارہ بارہ سال کی عُمر سے شروع ہوتی ہے۔

۶۔ یہ دوا ۳۰ اور ۲۰۰ طاقت میں مستعمل ہے، ۳۰ طاقت میں ۵ قطرے فی خوراک (دن میں تین مرتبہ) جبکہ ۲۰۰ طاقت کے ۳ قطرے فی خوراک (روزانہ ایک خوراک) استعمال کریں۔

سلیکس نائیگرا۔۳x (Salix Nigra)

۱۔ یہ دوا ایسے مریضوں کے لیے مُفید ہے جو مُشت زنی کا بہت زیادہ رُجحان رکھتے ہوں۔

۲۔ ایسے مریض اپنی عادتوں کے سبب بہت زیادہ کمزوری کا شکار ہو جاتے ہیں لیکن پھر بھی اپنی عادتوں سے باز نہیں آسکتے۔

۳۔ یہ دوا مشت زنی کی بے جا خواہش کو ختم کرنے کے لیے بہت بہتر کام کرتی ہے۔

۴۔ عصبی مزاج مریضوں کے دماغ پر ہر وقت شہوانی خیالات سوار رہیں تو یہ دوا نافع ہوتی ہے۔

۵۔ سوزاک کے باعث خمیدہ ایستادگی اور مشت زنی کی بعد کی تکالیف کے لیے مجرب دوا ہے۔

۶۔ یہ دوا 3x اور مدر ٹنکچر میں مستعمل ہے۔ سلیکس نائیگرا: مدر ٹنکچر جنسی سکون آور (Sexual Sedative) دوا ہے۔ عورتوں اور مردوں کے جنسی اعضاء کو پُرسکون کرنے میں لاثانی دوا ہے۔ اس دوا کے کچھ دن لگاتار استعمال سے جنسی اشتعال دھیما پڑ جاتا ہے۔

سلفر۔۱۰۰۰ (Sulpher)

مشت زنی کے علاج کے دوران کسی بھی دوسری دوا کے ساتھ بطور انٹرکرنٹ ریمیڈی کے طور پر استعمال کرنے سے سے بہت جلد مطلوبہ نتائج حاصل ہو جاتے ہیں۔

فاسفورس۔۳۰۔۲۰۰ (Phosphorus)

۱۔ جماع کا جنون جس کی وجہ سے مرد جلق پر مجبور ہو جائے تو مفید دوا ہے۔

۲۔ اس دوا کے مریض میں جماع کے خیالات ضبط سے باہر ہوتے ہیں اور ایستادگی ناقابلِ ضبط ہوتی ہے۔

۳۔ اس دوا کے مریض عموماً دُبلے پتلے اور لمبے ہوتے ہیں۔

۴۔ مریض کو ہر رات جماع کے خواب تنگ کریں اور تندی شہوت ہو۔

۵۔ یہ دوا ۳۰ اور ۲۰۰ طاقت میں مستعمل ہے، ۳۰ طاقت میں ۵ قطرے فی خوراک (دن

میں تین مرتبہ) جبکہ ۲۰۰ طاقت کے ۳ قطرے فی خوراک (روزانہ ایک خوراک) استعمال کریں۔

کالی برومم۔۳۰ (Kali Bromatum)

۱۔ مشت زنی کے بداثرات کو رفع کرنے کے لیے بہترین دوا ہے۔
۲۔ مریض نامردی کا شکار ہو جاتا ہے ٹانگیں کانپتی ہیں اور عضو تناسل میں اکڑاہٹ نہ ہونے کے برابر ہوتی ہے۔
۳۔ مریض کی یادداشت یکسر ختم ہو جائے تو بھی یہ دوا بہترین نتائج کی حامل ہے۔
۴۔ مریض کو اونگھ آتے ہی تندی شہوت ہو۔
۶۔ یہ دوا ۳۰ طاقت میں مستعمل ہے ۳۰ طاقت میں ۵ قطرے فی خوراک (دن میں تین مرتبہ) استعمال کریں۔

کلاڈیم۔۳۰، ۲۰۰، ۱۰۰۰ (Caladium)

۱۔ اس دوا کا مریض ہر وقت گندا رہتا ہے اس لیے اس مریض پر ہر وقت مکھیوں کا بسیرا ہوتا ہے اس لیے یہ مریض آسانی سے پہچانا جاتا ہے۔
۲۔ اس دوا کا مریض بھی جلق کا شکار ہوتا ہے اور جلق لگانے پر مجبور ہوتا ہے۔
۳۔ اس دوا کے مریض کی آنتوں میں کیڑے ہوتے ہیں جس کی وجہ سے اعضائے تناسل پر کھجلی ہوتی رہتی ہے اور وہ جلق لگانے پر مجبور کر دیتی ہے۔
۴۔ آلہ تناسل پر خارش ہو جس کی وجہ سے عضو تناسل کا سر ہر وقت سُرخ رہے۔
۵۔ مریض کو ایسے محسوس ہو کہ جیسے آلات تناسل بڑے ہو گئے ہوں یا پھول گئے ہیں۔
۶۔ نیند کی حالت میں ایستادگی جبکہ جاگنے پر ختم ہو جائے۔

نوٹ: یہ دوا ۳۰ اور ۲۰۰ طاقت میں مستعمل ہے ۳۰ طاقت میں ۵ قطرے فی خوراک (دن میں تین مرتبہ) جبکہ ۲۰۰ طاقت کے ۳ قطرے فی خوراک (روزانہ ایک خوراک) استعمال کریں کچھ معالجین کو اس دوا کو اونچی طاقت میں بھی تجویز کرتے ہیں۔

کاربوویج۔ ۳۰، ۲۰۰ (Carbo Veg)

۱۔ مریض جماع کے بعد بھی جلق لگانے پر مجبور ہو۔

۲۔ ایسے موٹے سست لوگ جو جلق کے عادی ہوں ان کے لیے بہترین دوا ہے۔

۳۔ اس دوا کے مریض گیسٹرک پرابلم کے بھی مریض ہوتے ہیں۔

۴۔ مریض کو کمزوری کے سبب سر میں درد رہنے لگے۔

۵۔ یہ دوا ۳۰ اور ۲۰۰ طاقت میں مستعمل ہے، ۳۰ طاقت میں ۵ قطرے فی خوراک (دن میں تین مرتبہ) جبکہ ۲۰۰ طاقت کے ۳ قطرے فی خوراک (روزانہ ایک خوراک) استعمال کریں۔

کینتھرس۔ ۳۰، ۲۰۰ (Cantharis)

۱۔ مریض میں شدید جنسی خواہش پائی جاتی ہے۔

۲۔ مریض کو جماع اور مُشت زنی کے باوجود تسکین نہ ہو۔

۳۔ مُشت زنی کی عادت چُھڑوانے کے لیے بہترین دوا ہے۔

۴۔ اس دوا کے مریض کو پیشاب کرتے ہوئے پیشاب کی نالی میں شدید جلن ہوتی ہے۔

۵۔ یہ دوا ۳۰ اور ۲۰۰ طاقت میں مستعمل ہے، ۳۰ طاقت میں ۵ قطرے فی خوراک (دن میں تین مرتبہ) جبکہ ۲۰۰ طاقت کے ۳ قطرے فی خوراک (روزانہ ایک خوراک) استعمال کریں۔

میڈھورینم۔ ۲۰۰، ۱۰۰۰ (Medorrhinum)

موروثی طور پر سوزاک سے متاثرہ لڑکے جو جلق لگانے پر مجبور ہوں ان کے لیے بہترین دوا ہے۔ یہ دوا دیگر ادویہ کے ساتھ بطور انٹر کرنٹ ریمیڈی کے طور پر ہفتہ دس دن بعد ایک خوراک دینی چاہیے۔

نکس وامیکا۔ ۳۰، ۲۰۰ (Nux Vomica)

مشت زنی کے مریضوں کے علاج سے قبل اس دوا کی ایک خوراک روزانہ کے حساب سے ایک ہفتہ تک دینے سے مریض ذہنی طور پر پُرسکون ہو جاتا ہے اس کے بعد حسبِ علامات کوئی سی بھی دوا دیں تو بہتر طریقے سے اثر کرتی ہے۔

ہائیوسائمس۔ ۳۰، ۲۰۰ (Hyoscyamus)

۱۔ ایسے مرد جو جلق کے انتہائی شوقین ہوں اور اپنے اعضائے تناسل کو ننگا کر کے دوسروں کو دکھاتے ہوں ان کے لیے بہترین دوا ہے۔

۲۔ اس دوا کے مریض بہت چھوٹی عُمر سے مُشت زنی کی عادت میں مُبتلا ہوتے ہیں۔

۳۔ مریض محسوس کرتا ہے کہ جیسے کسی شیطانی طاقت نے دماغ پر قبضہ کر لیا ہے اور وہ اسے غلط کام کرنے پر مجبور کرتی ہے۔

۴۔ مریض کو اعضائے پوشیدہ ننگا کرنے کی عادت ہو۔

۵۔ یہ دوا ۳۰ اور ۲۰۰ طاقت میں مستعمل ہے، ۳۰ طاقت میں ۵ قطرے فی خوراک (دن میں تین مرتبہ) جبکہ ۲۰۰ طاقت کے ۳ قطرے فی خوراک (روزانہ ایک خوراک) استعمال کریں۔

☆......☆......☆

آزمودہ نسخہ جات

ہومیو پیتھک طریقہ علاج کے تحت جب کسی بھی مرض سے متعلقہ مناسب دوا کی تلاش ممکن ہو تو کسی بھی نسخے یا ٹوٹکے سے بڑھ کر نتائج دکھاتی ہے۔ مناسب دوا کے انتخاب کے لیے مریض کی مکمل ہسٹری اور اس کے مرض کی شروعات کا بغور جائزہ لینا پڑتا ہے اور اس کے بعد ہی مناسب اور موافق دوا کا انتخاب ممکن ہوتا ہے۔ لیکن کچھ مریض ایسے بھی ہوتے ہیں جو کہ اپنے مرض کی مکمل ہسٹری بیان کرنے سے قاصر ہوتے ہیں بالخصوص جنسی امراض کے زُمرے میں مریض ہسٹری بتانے سے کتراتے ہیں۔ اس کے علاوہ نو وارد معالجین جو کہ کیس ٹیکنگ کے فن سے مکمل طور پر آشنا نہیں ہوتے وہ بھی مریض کی موافق دوا کے انتخاب میں مشکلات سے دوچار رہتے ہیں۔ ایسی صورتحال کے لیے ذیل میں چند ایک نسخے برائے جلق درج کیے جا رہے ہیں لیکن یہ بات واضح ہونی چاہیے کہ موافق دوا کے انتخاب ہو جانے کے بعد کسی نسخے کی ضرورت باقی نہیں رہتی:

- عرصہ دراز تک اس عارضے میں مُبتلا رہنے والے افراد کی تمام بیماریوں کے لیے مجرب نُسخہ:

  کونیم۔۳۰

  لائیکوپوڈیم۔۳۰

  سٹفی سیگریا۔۲۰۰

  ۳۰ طاقت کی ادویات دن میں تین مرتبہ جب کہ ۲۰۰ طاقت کی دوا روزانہ ایک مرتبہ استعمال کریں۔

- جلق کی عادت کو ختم کرنے کے لیے اکسیر نُسخہ:

بیوفورانا۔۳۰

اسٹی لاگو۔۳۰

ایسڈ فاس۔۳x

تینوں ادویات دن میں چار مرتبہ استعمال کریں۔

جلق کے مابعد اثرات کو رفع کرنے کے لیے مجرب نسخہ:

چائنا۔۳۰

ایسڈ فاس۔۳۰

سٹفی سیگریا۔۳۰

تینوں ادویات دن میں چار مرتبہ استعمال کریں۔

چند مجرب دوائیں

☆ ...... جلق یا اغلام بازی کے سبب نامردی کا عارضہ ہو اور مریض ملاپ ہوتے ہی انزال کا شکار ہو جاتا ہو تو کاربونیم سلف: 3x نافع دوا ہے۔

☆ ...... جلق اور اغلام بازی کی بُری عادت چھڑانے کے لیے کاسٹی کم: 1M بہترین دوا ہے۔

☆ ...... ناسمجھ بچوں میں اگر مشت زنی کی عادت غالب ہو تو میڈورینم: ۳۰ بہتر کام کرتی ہے۔

☆ ...... اغلام بازی، جلق کے بداثرات سے اعضائے تناسل میں کمزوری واقع ہوگئی ہو اور اعضائے تناسل ٹھنڈے رہتے ہوں تو یہ دوا دینے سے بہتری ہو جاتی ہے۔ اس کے علاوہ ایسے مریض جنہیں انزال کے وقت مزہ نہ آتا ہو تو بھی سیلی نیم: CM نافع دوا ہے۔

☆ ...... مشت زنی، اغلام بازی، کثرت جماع یا متعدی امراض کا شکار فرد جس میں ناطاقتی غالب ہو اور عضو چھوٹا اور ڈھیلا ڈھالا ہو تو ایگنس کاسٹس: 10M دینے سے بہت جلد بہتری ہو جاتی ہے۔

☆......مشت زنی اور اس کے بداثرات ختم کرنے کے لیے بہترین فارمولا:

اوری گینم؛

کلونجی؛

ایسڈ فاس؛

چائنا۔

تمام دوائیں مدر ٹنکچر میں لے کر مکس کر لیں اور پانچ پانچ قطرے تین مرتبہ استعمال کریں۔

☆......☆......☆

جلق اور مجرب ادویات

مخصوص ادویہ اپنی مخصوص علامات کے ساتھ استعمال کرنے سے انتہائی بہتر نتائج دیتی ہیں:

جلق کی نہ رُکنے والی خواہش	اسٹی لاگو۔۳۰
جلق کی رغبت نیند کے دوران	تھوجا۔۳۰، ۲۰۰
جلق بچوں کی	میڈورینم۔۲۰۰
جلق کے باوجود رات کو احتلام ہو	سی لیشیا۔ڈی جی ٹیلس۔فاسفورس۔۳۰، ۲۰۰
جلق کے بعد جریان ہو	ایلومینا، ارجنٹم نائٹریکم۔چائنا۔۳۰، ۲۰۰
جلق کے باعث نامردی	ارجنٹم نائٹریکم۔ایسڈ فاس۔۳۰، ۲۰۰
جلق کے باعث ایستادگی ختم ہو جائے	جیلسی میم۔گریفائٹس۔کالی کارب۔۳۰، ۲۰۰
جلق کے باعث جماع سے نفرت	کالی بروم۔۳۰، ۲۰۰
جلق کے باعث غدہ قدامیہ میں درد	ٹیرنٹولا۔۳۰، ۲۰۰
جلق کے باعث خصیے سکڑ جائیں	میفا ئیٹس۔۳۰، ۲۰۰
جلق کے باعث انتشار تکلیف دہ	ارجنٹم نائٹریکم۔۳۰، ۲۰۰
جلق کے باعث جسم ہلکا محسوس ہو	جیلسی میم۔۳۰، ۲۰۰
جلق کے باعث جسم کمزور ہو جائے	ٹیرنٹولا۔۳۰، ۲۰۰
جلق کے باعث سستی اور کاہلی ہو جائے	ڈی جی ٹیلس۔جیل۔۳۰، ۲۰۰سی میم

جلق کے باعث فالج ہو جائے	چائنا۔ اسٹینم۔ ۳۰، ۲۰۰
جلق کے باعث اعصابی تکالیف ہوں	کالی فاس۔ جیلسی میم۔ ۳۰، ۲۰۰
جلق کے باعث یرقان ہو جائے	چائنا۔ ۳۰، ۲۰۰
جلق کے باعث ہسٹریا ہو جائے	ریفنس۔ ۳۰، ۲۰۰
جلق کے باعث ذہنی کمزوری ہو جائے	اوری گینم۔ ۳۰، ۲۰۰
جلق کے باعث کیل نکلیں	کروٹیلس۔ فاسفورک ایسڈ۔ ۳۰، ۲۰۰
جلق کے باعث ہاضمہ خراب ہو جائے	برائٹا کارب۔ نکس وامیکا۔ ۳۰، ۲۰۰
جلق کے باعث دل کی تکالیف ہو جائیں	برائٹا کارب۔ ۳۰، ۲۰۰
جلق کے باعث درد کمر ہو	نکس وامیکا۔ فاسفورک ایسڈ۔ ۳۰، ۲۰۰
جلق کے باعث کمر اور کولہوں کے جوڑ کی کمزوری	نکس وامیکا۔ ۳۰، ۲۰۰
جلق کے باعث اندھا پن ہو جائے	فاسفورک ایسڈ۔ ۳۰، ۲۰۰
جلق کے باعث آنکھوں میں درد ہو	سائنا۔ ۳۰، ۲۰۰
جلق کے باعث دردِ سر ہو	برائی اونیا۔ کلکیر یا کارب۔ سلفر۔ ۳۰، ۲۰۰
جلق کے باعث سینہ میں درد ہو	ڈجی ٹیلس۔ ۳۰
جلق کے باعث سینہ میں اینٹھن ہو	ایسڈ فاس۔ ۳۰
جلق کے باعث رعشہ ہو	کلکیر یا کارب۔ ۲۰۰، چائنا۔ ۳۰
جلق کے باعث قبض ہو	لائیکو پوڈیم، نکس وامیکا۔ ۲۰۰
جلق کے باعث پاگل پن	اوپیم۔ ۲۰۰
جلق کے باعث گند ذہنی رغبی ہو	سٹفی سیگریا۔ ۲۰۰
جلق کے باعث مرگی کے دورے	لیکسس۔ ۲۰۰، سٹرامونیم۔ ۳۰

جلق کے باعث آنکھوں کی کمزوری	سائنا۔۳۰
جلق کے باعث چہرہ کا عصبی درد	آرم میٹ۔۳۰
جلق کے باعث پھیپھڑوں سے خون آئے	کونیم۔۳۰
جلق کے باعث مالیخولیا ہو	ٹیرنٹولا، آرم میٹ۔۳۰
جلق کے باعث عارضی نامردی	سٹرامونیم۔۲۰۰
جلق کے باعث عدم توجہی	سٹیفی سیگریا۔۲۰۰
جلق کے باعث ریڑھ میں تحریک ہو	پلساٹیلا۔۳۰
جلق کے باعث تھکاوٹ اور دماغی کمزوری	جیلسی میم۔۳۰
جلق کے باعث بے وقوفانہ ہنسی	ٹیرنٹولا۔۳۰
جلق کے باعث ٹانگوں میں کمزوری	ڈجی ٹیلس۔۳۰
جلق کے باعث ٹانگیں مفلوج ہوں	نیٹرم میور۔۳۰
جلق کے باعث پست ہمتی	سٹیفی سیگریا۔۳۰
جلق کے باعث دماغی خرابی ہو	پلمبم میٹ۔۳۰
جلق کے باعث فالج ہو	چائنا، سٹانم۔۳۰
جلق کے باعث اعصابی کمزوری	فاسفورس۔۳۰
جلق کے باعث ذہنی پستی	پلاٹینا۔۲۰۰
جلق کے باعث چہرے پر کیل نکلیں	ایسڈ فاس۔۳۰
جلق کے باعث جسم ڈھیلا ڈھالا ہو	سی پیا۔۳۰
جلق کے باعث فسوس کرے	سٹافی سیگریا
جلق کے باعث مایوسی پیدا ہو	اوپیم

جلق کے باعث جُرم کا احساس ہو	فاسفورک ایسڈ
جلق کے باعث بھولنے کی عادت ہو جائے	پلاٹینا۔ سٹیفی سیگریا
جلق کے باعث چڑچڑاپن ہو جائے	ہائیوسائمس
جلق کے باعث پاگل پن ہو	ایگنس کاسٹس۔ کلکیر یا فاس
جلق کے باعث یکسوئی نہ ہو سکے	ایوینا سٹائیوا
جلق کے باعث منی پتلی ہو جائے	ایوینا سٹائیوا۔Q
جلق کے باعث ذہنی کمزوری ہو	اینا کارڈیم۔۳۰
جلق کے باعث کام سے نفرت ہو	ڈجی ٹیلس۔۳۰
جلق کے باعث مرگی کے دورے پڑیں	بیکس۔۳۰
جلق کے باعث دل کی تکالیف ہوں	ڈجی ٹیلس۔۳۰
جلق کے باعث سُرعت انزال	یوہمبینم۔Q
جلق کے باعث مختلف عوارض ہوں	سٹیفی سیگریا۔۳۰
جلق کے باعث چہرے بے رونق ہو	سٹیفی سیگریا۔۲۰۰
جلق کے باعث مریض افسردہ ہو	ایسڈ فاس۔۳۰
جلق کے باعث تشنجی دورے پڑیں	پلاٹینا۔۳۰
جلق کے باعث جریان و نامردی	بیوفورانا۔۳۰
جلق کے باعث عضو میں خرابیاں	آرنیکا۔۳۰، ۲۰۰
جلق کے باعث عضوِ تناسل سکڑ جائے	لائیکو پوڈیم۔۲۰۰
جلق کی نہ رُکنے والی خواہش شہوانی خیالات کے آتے ہی	کلکیر یا کارب۔۲۰۰

جلق کی خواہش جس کے ساتھ اعضائے تناسل ذکی الحس ہوں	کوکولس۔۳۰
جلق جس کے ساتھ مریض کو ننگا ہونے کی خواہش ہو	ہائیوسائمس۔۳۰
جلق کی حد سے بڑھی ہوئی خواہش	پلاٹینا۔۲۰۰
جلق کے باعث کمر اور کولہوں کے جوڑ کی کمزوری	نکس وامیکا۔۲۰۰
جلق کی نہ رُکنے والی خواہش شہوانی خیالات کے آتے ہی	کلکیر یا کارب۔۲۰۰
جلق کی خواہش جس کے ساتھ اعضائے تناسل ذکی الحس ہوں	کوکولس۔۳۰
جلق جس کے ساتھ مریض کو ننگا ہونے کی خواہش ہو	ہائیوسائمس۔۳۰

نوٹ: ۳۰ اور x ۳ طاقت کی ادویات دن میں تین مرتبہ' ۲۰۰ طاقت کی ادویات دن میں ایک مرتبہ اوران سے اُونچی طاقت کی ادویات حسبِ ضرورت یا ماہر فزیشن کے مشورے سے استعمال کرنی چاہئیں۔ تمام ادویات (قطروں کی شکل میں) ۵ قطرے فی خوراک ایک گھونٹ پانی میں ڈال کر استعمال کی جاتی ہیں' جب کہ مدر ٹنکچر یا Q کی علامت سے ظاہر کی جانے والی ادویات کو فی خوراک دس سے پندرہ قطرے دو گھونٹ پانی میں ڈال کر استعمال کرنا چاہیے۔ بائیوکیمک ادویات کو ۴ گولی فی خوراک دن میں تین مرتبہ زبان پر رکھ چُوس کر استعمال کرنا چاہیے۔

☆......☆......☆

احتیاطی تدابیر

۱۔ نماز کی پابندی کریں۔
۲۔ اپنے جسم کو صاف ستھرا رکھیں۔
۳۔ بادی و ثقیل اشیاء کھانے سے گریز کریں۔
۴۔ ورزش کو معمول بنائیں۔
۵۔ فحش فلمیں اور لٹریچر سے اجتناب کریں۔
۶۔ بیکار نہ رہیں کیونکہ بیکاری بدترین مشغلہ ہے۔
۷۔ روزانہ غسل کرنے کی عادت ڈالیں۔
۸۔ کوشش کریں کہ تنہا نہ رہیں۔
۹۔ جب بھی مشت زنی کی طلب ہو تو فوراً کوئی صحت بخش مشغلہ شروع کردیں۔
۱۰۔ اچھی اور اخلاقی کتب کے مطالعہ کی عادت ڈالیں۔

☆......☆......☆

انگشت زنی: جنون الشہوت
(عورتوں میں جلق کا عمل)
(Nymphomania)

جلق کی عادت مردوں کے علاوہ عورتوں میں بھی پائی جاتی ہے لیکن اس کا تناسب مردوں کے مقابلے میں بہت کم ہوتا ہے اور اس کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ عورت اور مرد میں جنسی اعضاء مختلف ہوتے ہیں اور ان میں جنسی تحریک بھی یکساں نہیں پائی جاتی۔ آسوالڈ اپنی تصنیف سائیکالوجی آف سیکس میں اسی چیز کو بیان کرتے ہوئے لکھتا ہے: ''بڑا فرق یہ ہے کہ لڑکوں میں جنسی خواہش کی بیداری اور فوطوں کی فلیت کا آغاز ایک ہی وقت میں نمودار ہو جاتا ہے لیکن لڑکیوں کے معاملے میں یہ بات مختلف ہوتی ہے۔ عورت کی جنسیت عموماً خوابیدہ رہتی ہے جب تک کہ مرد اسے بیدار نہ کر دے' وہ بھی ہر مرد نہیں' کیونکہ یہ بھی بہت بڑی حقیقت ہے کہ ہر مرد عورت کی جنسی صلاحیت کو بیدار کرنے کی صلاحیت نہیں رکھتا یا دوسرے لفظوں میں یوں کہہ لیں کہ اسے عورت کی جنسی صلاحیتوں کو بیدار کرنے کا سلیقہ نہیں آتا۔ ایک عام نوعیت کی لڑکی جس کی طبعی خواہش کو بُری طرح بھڑ کا نہ دیا جائے وہ اپنی زندگی میں کبھی بھی جلق کا شکار نہیں ہوتی۔''

آسوالڈ نے عورتوں کی جلق کے حوالے سے کہا کہ شاذ و نادر عورتیں ہی اس عادت کا شکار ہوتی ہیں لیکن مغربی ممالک کے کئی دوسرے ماہرینِ جنسیات کا کہنا ہے کہ مردوں 95 سے 99 فیصد تک جلق کا شکار ہیں تو عورتیں بھی کم از کم 70 سے 90 فیصد تک جلق کی عادت

میں مبتلا ہوتی ہیں ۔ کچھ خواتین کو جماع کا جنون ہوتا ہے اور ایسی خواتین اپنی عفت و پاکدامنی کو بالائے طاق رکھ کر اپنی خواہش کو پورا کرنے کے لیے کوئی بھی قدم اٹھانے سے گریز نہیں کرتیں۔ ایسی خواتین میں بے حیائی و بے شرمی عروج پر پہنچی ہوتی ہے اور جب تک اس عارضے کو مناسب علاج کے ذریعے نارمل نہ کیا جائے تو ایسی خواتین کثرتِ جماع سے اپنے آپ کو انتہائی کمزور و لاغر کر لیتی ہیں جس کی وجہ سے وہ بہت جلد موت کے منہ میں چلی جاتی ہیں۔ ایسی خواتین بالعموم انگشت زنی کا شکار ہو کر تنہائی اختیار کر لیتی ہیں۔ اسی چیز کو مدِ نظر رکھتے ہوئے کچھ لوگوں نے یہ نظریہ اپنایا ہوا ہے کہ عورت میں مرد کے مقابلے میں آٹھ گنا زیادہ خواہش پائی جاتی ہے، یاد رکھیں کہ محبت کیے جانے کی خواہش اور شہوانی خواہش کے درمیان فرق ہے، اس میں شک نہیں کہ عورت میں یہ خواہش زیادہ شدید ہوتی ہے کہ اس سے محبت کی جائے، لیکن جہاں تک جنسی جذبے اور اختلاط کا تعلق ہے، یہ نظریہ دُرست نہیں ہے۔ یہ عقیدہ کہ عورت میں مرد سے کئی گنا زیادہ خواہش یا سیکس ہوتا ہے، عہدِ وسطیٰ کے ہندو پروہتوں سے آیا ہے جن کا خود بھی یہ عقیدہ تھا اور اس زمانے کے لوگوں پر بھی وہ اس عقیدے کو مختلف طریقوں سے ٹھونسنا چاہتے تھے کہ عورت تمام برائیوں کی جڑ ہے۔ ایک اور بات جس سے اس نظریے کو سہارا ملا کہ جنسی عمل کے دوران عورت کئی بار عروج تک پہنچتی ہے لیکن سائنسی نقطہ نظر سے یہ بات بالکل غلط ہے کہ عورت میں شہوانی جذبہ مرد کے مقابلے میں آٹھ گنا (یا اس سے بھی زیادہ) زیادہ ہوتا ہے، ہاں یہ ضرور ہے کہ وہ اپنے ماہانہ دور سے گزرتے ہوئے بعض اوقات جنسی خواہش کی کمی یا زیادتی کا شکار ہو سکتی ہے لیکن فطری طور پر مرد ہی جنسی خواہش میں پہل کرنے والا ہوتا ہے، عورت میں حیا کا مادہ ہوتا ہے اس لیے وہ عموماً پہل کرنے سے گریز کرتی ہے۔

اگر کسی وجہ سے کوئی عورت جذبہ شہوت کے تحت مغلوب ہو ہی جاتی ہے تو یہ ایک بیماری ہے۔ جس کا مناسب علاج معالجہ کر کے عورت کو نارمل زندگی گزارنے کے قابل بنایا جا سکتا ہے۔

علامات

۱۔ مریضہ جماع کے لیے پاگل ہو جاتی ہے۔
۲۔ مریضہ کو وجائنا میں کھجلی ہوتی ہے، جس کی وجہ سے وہ جماع پر مجبور ہو جاتی ہے۔
۳۔ مریضہ ہر وقت جنسی خیالات میں پھنسی رہتی ہے۔
۴۔ روز مرہ کی ذمہ داریوں کی پرواہ نہیں کرتی۔
۵۔ جسمانی طور پر مریضہ انتہائی کمزور ہوتی ہے۔
۶۔ انگشت زنی کے لیے تنہائی کی متلاشی ہوتی ہے۔
۷۔ مریضہ کو اینٹھن کے دورے پڑتے ہیں۔
۸۔ اس مریضہ کے جسم سے بکری کے جسم کی سی بو آتی ہے۔
۹۔ رات کے وقت مریضہ شدید بے کلی کا شکار رہتی ہے۔
۱۰۔ عموماً مریضاؤں میں ہسٹریائی علامات پائی جاتی ہیں۔

وجوہات

۱۔ شہوت پرست بیوہ خواتین اور نوجوان کنواری لڑکیاں جو ہر وقت رومانی خیالات کا شکار رہیں اس مرض کا زیادہ شکار ہوتی ہیں۔
۲۔ حیض دب جانے سے یا ایامِ حیض کے دوران مریضہ کو جنسی خواہش کا زیادہ غلبہ ہوتا ہے، جس کی وجہ سے عموماً خواتین جلق کا شکار ہو جاتی ہیں۔
۳۔ شرمگاہ کی خارش کی وجہ سے مریضہ اس عارضے کا شکار ہو جاتی ہے۔
۴۔ کئی جلدی امراض اگر مناسب علاج معالجے کی بجائے دبا دیے جائیں تو مابعد اثرات کے طور پر یہ مرض لاحق ہو سکتا ہے۔
۵۔ پیٹ کے کیڑے، قبض اور دیگر معدے کے امراض بھی اس بیماری کا پیش خیمہ ثابت ہوتے ہیں۔
۶۔ ہر وقت عشقیہ ناول پڑھنے والی خواتین اس مرض کا شکار ہو سکتی ہیں۔

۷۔ احساسِ کمتری اور احساسِ برتری دونوں امراض اس عارضے کی ایک بڑی وجہ ہیں۔

۸۔ یہ مرض عموماً دو ادوار میں زیادہ ہوتا ہے انتہائی نوجوانی کے عالم میں اور سن یاس کے دوران اس لیے نوجوانی کے عالم میں اس مرض کا شکار ہونے والی عورت بعد از شادی بھی اس عادت سے پیچھا نہیں چھڑا سکتی۔

۹۔ ایسی خواتین جنہیں شادی کے بعد بھی جنسی انگیخت نہ مل سکے تو وہ اپنی جنسی پیاس بجھانے کے لیے انگشت زنی کا سہارا لے سکتی ہیں۔

۱۰۔ ایسی خواتین جو عموماً دن رات اکھٹی رہتی ہیں اور ایک دوسرے سے بہت زیادہ جنس کے موضوع پر فری ہو جاتی ہیں وہ اس مرض کا شکار ہو سکتی ہیں۔



انگشت زنی یا خودلذتی کی عادت

مردوں کی طرح یہ عادت کچھ لڑکیوں میں بھی پائی جاتی ہے گو کہ یہ تناسب مردوں کے مقابلے میں بہت کم ہے لیکن موجود ہے۔ کئی لڑکیاں شہوت کے ہاتھوں مجبور ہو کر اپنی انگلی یا کسی دوسری ملتی جلتی ملائم چیز سے شرمگاہ کی چھیڑ چھاڑ سے مزے لیتی ہیں، یہ ایک بُری عادت ہے اور اس کے دُور رس اور خطرناک نتائج مرتب ہوتے ہیں۔ لڑکیاں انگشت زنی کے ذریعے سے اپنے اہم جنسی عضو کلائی ٹورس یا بظر (Clitoris) کو چھیڑتی ہیں جس سے انہیں گوناگوں لذت محسوس ہوتی ہے۔

بظر یا کلائی ٹورس کیا ہے؟

بظر ایک چھوٹا اور کلی کی شکل کا حصہ ہوتا ہے یہ بیرونی جنسی عضو کا وہ حصہ ہے جو چھونے کے معاملے میں سب سے زیادہ حساس ہوتا ہے، کیونکہ اس میں بہت زیادہ اعصابی ریشے (nerve endings) پائے جاتے ہیں۔ اس کو اس کے اطراف کے حصے کو رگڑنے سے عورت جنسی طور پر پُر جوش ہو جاتی ہے اور یہ عمل عروج پر پہنچنے کا باعث بنتا ہے۔ یہ چھوٹا سا واجبی سا عضو ہے جو موازنے میں مردانہ عضو تناسل کی طرح ہے۔ سیکس کی کئی کتابوں میں اس حصے کو بڑھا چڑھا کر پیش کیا جاتا ہے لیکن حقیقت میں یہ حصہ نمایاں نہیں ہوتا اور انتہائی مشکل سے نظر آتا ہے (بلکہ صرف محسوس کیا جا سکتا ہے)، افریقی ممالک کے بعض قبائل جیسے مینڈنگو اور ابو (Mandingo and Ibbo) کی خواتین کی میں یہ زیادہ نمایاں ہوتا ہے اور بڑے لبوں سے کئی انچ تک باہر نکلا ہوتا ہے اسی لیے وہاں کے قبائل میں عورتوں کے ختنے کا بھی رواج پایا جاتا ہے۔ لیکن برصغیر کی خواتین میں یہ صرف نام کی حد تک

موجود ہوتا ہے لیکن اس کے افعال (ایسی خواتین جو آرگیزم سے واقف ہوں) موجود ہوتے ہیں۔

عورت کے جسم میں جنسی لحاظ سے بظر یا کلائی ٹورس کو بہت زیادہ اہمیت دی جاتی ہے' اس حصے کے متعلق کہا جاتا ہے کہ یہ مرد کے عضوِ تناسل کے متبادل کے طور پر عورت کو عطا کیا گیا ہے۔ افریقہ یا چند دیگر ممالک میں اس حصے کو کاٹ کر الگ کر دیا جاتا ہے جسے ختنہ کرنا کہتے ہیں' لیکن ایشیائی ممالک کی خواتین میں یہ حصہ نہ ہونے کے برابر ہوتا ہے اور صرف مخصوص وقت پر ہی محسوس کیا جا سکتا ہے۔ یہ خواتین کے جسم کے جنسی عضو کا وہ حصہ ہے جو چھونے کے معاملے میں سب سے زیادہ حساس ہوتا ہے' کیونکہ اس میں بہت زیادہ اعصابی ریشے (nerve endings) پائے جاتے ہیں۔ بظر کو چھونے سے عورت جنسی طور پر مشتعل ہو جاتی ہے بلکہ عموماً خواتین اسی عضو کی stimulation سے مطمئن ہو جاتی ہیں' کئی ماہرین کہتے ہیں کہ عورتوں میں آرگیزم کے ذرائع دو ہوتے ہیں ایک بظر کو رگڑنے سے حاصل کیا جاتا ہے جب کہ دوسرا اندامِ نہانی میں دخول سے حاصل ہوتا ہے۔

جی سپاٹ (G Spot) کیا ہے؟

کچھ خواتین جو بہت زیادہ عرصے تک انگشت زنی کا شکار رہیں وہ آہستہ آہستہ کوئی بیرونی شے یا ہاتھ کو ہی اندام نہانی سے اندر لے جا کر جی سپاٹ تک پہنچانے کی کوشش کرتی ہیں۔ جی سپاٹ عورتوں کے جسم میں انتہائی حساس حصہ ہوتا ہے جسے چھونے سے بہت زیادہ حظ محسوس ہوتا ہے۔ جی سپاٹ جسے گرافنبرگ سپاٹ کہا جاتا ہے اس کا وجہ تسمیہ یہ ہے کہ اس حصے کو دریافت کرنے کا سہرا ایک جرمن ڈاکٹر Earnest Grafen Berg کے سر ہے' اور اسی وجہ سے اس حصے کو آج تک جی سپاٹ یا گرافنبرگ سپاٹ کے نام سے لکھا یا پکارا جاتا ہے۔ ڈاکٹر گرافنبرگ ایک جرمن ڈاکٹر تھے' انہوں نے 1950ء میں اس سپاٹ کے متعلق اپنی ریسرچ رپورٹ پیش کی۔ 1980ء تک اس دریافت پر کوئی دھیان نہ دیا گیا' لیکن 1980ء کے آخر میں ڈاکٹر پیرے (Dr Perry) نے دوبارہ سے جی سپاٹ کی طرف

توجہ مبذول کرائی اور مزید ریسرچ کے بعد اس حصے کو بہت زیادہ اہمیت دی جانے لگی۔

اس حصے کا محلِ وقوع سمجھنے کے لیے عورت کو مشنری پوزیشن میں لیٹ کر فرج کے اندر انگلی ڈال کر (تقریباً ڈیڑھ دو انچ تک) اُوپر کی دیوار کے ساتھ محسوس کیا جا سکتا ہے۔ جنسی عروج کے وقت یہ حصہ پھول جاتا ہے اور اُسی وقت ہی نمایاں طور پر یہ حصہ محسوس بھی ہو سکتا ہے۔ یہ حصہ جنسی لحاظ سے انتہائی حساس ہے اور اگر مباشرت کی ایسی پوزیشن اختیار کی جائے جو کہ مردانہ عضو کو اس سپاٹ سے ٹکرانے میں مدد دے تو عورت بہت جلد آرگیزم حاصل کر سکتی ہے۔ عام حالت میں اگر اس حصے کو چھوا جائے تو عورت کو شدید جھٹکا محسوس ہوتا ہے اور ایک گونا گوں مسرت اور لذت کا احساس ہوتا ہے۔ یہ سپاٹ عام حالت میں ایک لوبیے کے سائز کا ہوتا ہے لیکن جنسی اشتعال کی صُورت میں اس کا سائز دُگنا ہو جاتا ہے۔ اس حصے کو چھونے سے عورت کو ایسے محسوس ہوتا ہے کہ جیسے پیشاب کی حاجت ہو رہی ہے جب کہ حقیقت میں پیشاب کی حاجت نہیں ہوتی، عمومی طور پر اس حصے کو (مختلف عورتوں میں مختلف اوقات ہوتے ہیں) 2 سے 8 منٹ تک مسلنے یا stimulate کرنے سے عورت آرگیزم حاصل کر لیتی ہے۔

اس حصے کو رگڑنے سے عورت کی فرج سے پانی کا اخراج ہونے لگتا ہے اور جوں جوں رگڑنے کی کیفیت جاری رکھی جائے پانی کی مقدار بڑھتی جائے گی، ماہرین نے مباشرت میں اس سپاٹ تک مردانہ عضو کی رسائی کے لیے پیچھے سے مباشرت (rear entry = doggy style) تجویز کیا ہے، اس کے علاوہ ایسی خواتین جو کیگل ورزش سے واقف ہوں وہ کسی بھی پوزیشن میں مردانہ عضو کو اس سپاٹ سے رگڑ سکتی ہیں۔

کئی خواتین مباشرت کے کسی بھی ذریعے سے اس حصے کو نہیں پا سکتیں تو انہیں چاہیے کہ خاوند کے ہاتھ کی انگلی کو استعمال کریں اس طرح سے نہ صرف وہ خود محظوظ ہوں گی بلکہ خاوند کا بھی لطف دوچند ہو جائے گا، یاد رکھیں کہ اپنی جنسی زندگی کے دوام کے لیے اپنے خاوند کو اپنے جسم کے حساس حصوں کا خود ہی اندازہ کرائیں، ورنہ خاوند اپنے مزے لے کر

سائیڈ پر ہو جائے تو آپ تشنہ رہ جائیں گی' اس لیے ماہرین جنسیات یہ تجویز کرتے ہیں کہ عورت کو مرد سے پہلے خلاص ہو جانا چاہیے تا کہ بعد میں خاوند کو یہ کنفیوژن نہ رہے کہ بیوی کو بھی فارغ کرنا ہے' جب بیوی پہلے فارغ ہو جائے تو خاوند آرام سے اپنی تسلی کر کے علیحدہ ہو جائے گا اور دونوں فریق چین کی نیند سوئیں گے۔ کئی خواتین کو جی سپاٹ کو تلاش کرنے میں دِقت کا سامنا رہتا ہے' ایسی خواتین کو چاہیے کہ اس حصے کو تلاش کرنے کے لیے بالکل سیدھی لیٹ جائیں اور ناف کے مقام کو مدِ نظر رکھتے ہوئے اپنی دو انگلیاں فرج میں داخل کریں' اور ناف کی بالکل سیدھ میں اُوپر کی جانب ایک دانہ سا محسوس ہو گا' اسے مَسلنا شروع کر دیں جب یہ پھولنا شروع ہو جائے اور فرج سے پانی کا اخراج ہونے لگے تو سمجھ جائیں کہ یہ جی سپاٹ ہے' واضح ہو کہ اسے مسلنے سے لذت محسوس ہوتی ہے اور ماہرین کے مطابق تمام خواتین جی سپاٹ رکھتی ہیں اور اس حصے سے لذت حاصل کرنے کی اہل ہوتی ہیں۔

ایسی لڑکیاں جو انگشت زنی کی عادت میں گرفتار ہو جاتی ہیں وہ عام طور پر نہایت شرمیلی' ڈرپوک' پست ہمت اور تنہائی پسند ہو جاتی ہیں۔ ان کا ذہن و حافظہ نہایت کمزور' ہاضمے کی قوت ناپید اور چہرہ بے رونق ہو جاتا ہے۔ ابتدا میں اس حالت سے سکون ضرور ملتا ہے لیکن کچھ ہی دنوں بعد مریضہ خود ہی یہ محسوس کرنے لگتی ہے کہ وہ نہایت ہی قبیح عادت میں گرفتار ہو چکی ہے اور پھر وہ اسے چاہتے ہوئے بھی نہیں چھوڑ سکتی اور اپنے آپ سے نفرت کرنے لگتی ہے' جس کی وجہ سے کئی ذہنی و نفسیاتی عوارض گھیر لیتے ہیں۔ یہ عادت پختہ ہو جائے تو اعضائے تناسل کمزور ہو جاتے ہیں اور کئی لڑکیاں اس جنون کی وجہ سے اپنے آلاتِ تناسل کو زخمی کر لیتی ہیں جس کی وجہ سے وہ بعد ازاں اولاد کی نعمت سے محروم ہو سکتی ہیں۔

☆......☆......☆

انگشت زنی کا ہومیو پیتھک علاج

ذیل میں چند ایسی ادویات کا تعارف دیا جارہا ہے جو کہ اس عارضے میں مفید پائی گئی ہیں:

اوری گینم۔۳۰ (Origanum)

۱۔ شرمگاہ کی شدید اُکساہٹ کی وجہ سے خواہشِ نفسانی بڑھ جائے اور مریضہ کو مباشرت کے خواب نظر آئیں تو شافی دوا ہے۔
۲۔ انگشت زنی کی مفید ترین دواؤں میں شمار کی جاتی ہے۔
۳۔ مریضہ نا چاہتے ہوئے بھی اس فعل کا ارتکاب کر بیٹھے اور بعد میں پچھتائے تو موثر دوا ہے۔
۴۔ جنسی خواہشات کا غلبہ اور جنسی خوابوں کی کثرت کے ساتھ مریضہ میں لیکوریا اور ہسٹریا کی علامات بھی نمایاں ہوں۔
۵۔ اس دوا کو مدر ٹنکچر (۱۰ قطرے فی خوراک ایک گھونٹ پانی میں ڈال کر) کی صُورت میں بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔

اسٹی لاگو۔۳۰ (Ustilago)

۱۔ اس دوا کے کچھ عرصہ کے استعمال سے مریضہ اپنی شرمگاہ کو چھونا بھی برداشت نہیں کرتی۔
۲۔ اس دوا کی مریض خواتین کو عموماً ماہواری کی بجائے نکسیر آنے کا عارضہ لاحق ہوتا ہے۔

۳۔ مریضہ میں جنسی خیالات کا غلبہ جس کے ساتھ کمر میں درد بھی ہو۔
۴۔ مریضہ کا رحم ڈھیلا ہو جاتا ہے اور خون بکثرت آتا ہے۔
۵۔ صبح و شام اس دوا کو ایک ماہ مُسلسل استعمال کرانے سے یہ عادت ختم ہو جاتی ہے۔

اگاریکس۔۳۰ (Agaricus)

۱۔ ایسی خواتین جن کی شرمگاہ اور اندامِ نہانی میں شدید خارش ہوتی ہو اور انہیں مرد کی آغوش میں جانے کی شدید خواہش پائی جائے تو مفید دوا ہے۔
۲۔ شہوت کا غلبہ جس کے ساتھ بھٹنیوں میں جلن و خارش ہو۔
۳۔ بچہ جننے اور مباشرت کے بعد ہونے والی تکالیف کے لیے مجرب دوا ہے۔
۴۔ مریضہ بہت زیادہ باتونی ہو اور عشقیہ گانے گائے۔
۵۔ یہ دوا ۳۰ طاقت میں دن میں تین تین مرتبہ استعمال کرنے سے بہت جلد بہتری ہو جاتی ہے۔

بلس پرنس۔۳ (Bellis Per)

۱۔ یہ دوا بھی انگشت زنی کے لیے کامیابی سے استعمال کی جاتی ہے۔
۲۔ چھاتیوں اور بچہ دانی میں اجتماع خون ہو تو نافع دوا ہے۔
۳۔ شہوت کی وجہ سے مریضہ صبح سویرے جاگ جائے اور پھر نیند نہ آئے تو یہ دوا اچھا کام کرتی ہے۔
۴۔ انگشت زنی و مشت زنی کے بداثرات کو رفع کرنے کے لیے بہترین دوا ہے۔
۵۔ مستند معالجین کی رائے کے مطابق چند دنوں تک روزانہ اس دوا کو چار مرتبہ استعمال کیا جائے تو فوری نتائج برآمد ہوتے ہیں۔

پلاٹینم۔۳۰، ۲۰۰ (Platina)

۱۔ یہ دوا ایسی مریضہ کے لیے مفید ہے جن کی شرمگاہ میں سرسراہٹ اور کھجلی کی وجہ سے

جماع کی نہ رُکنے والی خواہش پیدا ہوتی ہو۔

۲۔ مریضہ ہر کسی کو اپنے سینے سے چمٹانے کی کوشش کرتی ہے۔

۳۔ اس دوا کی مریضہ کی خاص علامت یہ ہے کہ مریضہ بہت زیادہ مغرور اور احساس برتری والی ہوتی ہے۔

۴۔ ایسی خواتین جنہیں دورانِ حمل اور زچگی کے ایام میں بھی خواہشِ جماع پریشان کرتی ہو کے لیے مفید دوا ہے۔

۵۔ یہ دوا ۳۰ اور ۲۰۰ طاقت میں مستعمل ہے، ۳۰ طاقت میں ۵ قطرے فی خوراک (دن میں تین مرتبہ) جبکہ ۲۰۰ طاقت کے ۳ قطرے فی خوراک (روزانہ ایک خوراک) استعمال کریں۔

ڈجی ٹیلس۔۳۰ (Digitalis)

۱۔ مریضہ پر دن رات شہوانی خیالات کی کثرت ہوتی ہے۔

۲۔ نبض انتہائی دھیمی اور سُست ہو۔

۳۔ مریضہ کے پاخانے ہلکے رنگ کے ہوتے ہیں۔

۴۔ مریضہ کو شہوانی جوش کے آتے ہی دل کی دھڑکن بے قاعدہ ہو جائے۔

۵۔ یہ دوا ۳۰ طاقت میں دن میں تین مرتبہ استعمال کریں۔

ڈلکامارا۔۳۰ (Dulcamara)

۱۔ شرمگاہ کی حدت اور خشکی جس کی وجہ سے شدید خارش پیدا ہو اور خواہشِ جماع کی وجہ سے مریضہ پاگل ہو تو نافع دوا ہے۔

۲۔ مریضہ کی تکالیف مرطوب اور ٹھنڈے موسم میں بڑھتی ہیں۔

۳۔ موسم کی تبدیلی کے سبب خواہشِ نفسانی بھی بڑھ جاتی ہے۔

۴۔ مریضہ کے پستان ذکی الحس ہوں اور سردی برداشت نہ کرسکیں۔

۵۔ ۳۰ طاقت میں دن میں تین مرتبہ استعمال کریں۔

شافی سیگریا۔۲۰۰ (Staphysagria)

۱۔ اس عادت کو رفع کرنے کے لیے اور اس کے مابعد اثرات کو ختم کرنے کے لیے مجرب دوا ہے۔

۲۔ عادت پر قابو پانے کے بعد اس دوا کی مدد سے استحکام ملتا ہے اور مریضہ دوبارہ اس مرض کا شکار نہیں ہوتی۔

۳۔ نئی دلہنوں میں کثرت جماع کے سبب مثانہ کی سوزش ہو تو نافع دوا ہے۔

۴۔ مباشرت کی کثرت یا انگشت زنی کے سبب عصبی کمزوری نمایاں ہو۔

۵۔ ۲۰۰ طاقت میں روزانہ ایک خوراک چند دنوں تک استعمال کرنے سے مثبت نتائج برآمد ہوتے ہیں۔

فاسفورس۔۳۰،۲۰۰ (Phosphorus)

۱۔ جنسی خواہش حدِ اعتدال سے بہت زیادہ ہو، مریضہ لمبی اور کمزور بدن کی ہوتی ہے۔

۲۔ پلاٹینم کی علامات کے موجودگی میں اگر پلاٹینم بہتر رزلٹ نہ دے تو یہ دوا استعمال کرانی چاہیے۔

۳۔ حمل کے ساتویں مہینے میں جماع کی خواہش شدت اختیار کر جائے۔

۴۔ مریضہ کو شکم میں کاٹنے والے درد ہوں۔

۵۔ یہ دوا ۳۰ اور ۲۰۰ طاقت میں مستعمل ہے۔ ڈاکٹر سی جی راؤ لکھتے ہیں کہ ایسی مریض خواتین جنہیں حمل کے ساتویں مہینے میں جماع کی شدت سے خواہش ہو ان کو اس دوا کی ایک خوراک 1M میں استعمال کرانے سے بہتری ہو جاتی ہے۔

کونیم۔۲۰۰ (Conium)

۱۔ شہوت کی زیادتی کے ساتھ پستانوں کا چھوٹا ہو جانا۔

۲۔ مریضہ کو شدید چکر آتے ہیں جو بالخصوص لیٹی ہوئی حالت میں زیادہ ہوں اور کروٹ

بدلنے سے لیٹی ہوئی حالت سے اٹھنے پر بڑھ جائیں۔

۳۔ پستانوں میں تھرتھراہٹ کے ساتھ خواہش نفسانی میں اضافہ ہو۔

۴۔ ایسی خواتین جن کی شادی لیٹ ہو جائے ان میں انگشت زنی کی خواہش ہو۔

۵۔ یہ دوا ۲۰۰ طاقت میں بہتر نتائج دکھاتی ہے۔

کلکیریا فاس۔ (Calc Phos) 6x

۱۔ نوجوان لڑکیوں اور کچھ بڑی عمر کی خواتین میں دُودھ پلانے کے زمانے میں خواہشِ جماع کی حد سے زیادہ خواہش پائی جائے تو مفید دوا ہے۔

۲۔ مریضہ کو آلاتِ تناسل کا ہر حصہ ایستادہ معلوم ہوتا ہے۔

۳۔ جسمانی طور پر کمزور خواتین میں جماع وانگشت زنی کی شدید خواہش کو کم کرتی ہے۔

۴۔ انگشت زنی کی کثرت کے سبب مریض کا انگ انگ دُکھے۔

۵۔ یہ دوا 6x طاقت میں مستعمل ہے، چار چار گولیاں فی خوراک دن میں چار مرتبہ استعمال کریں۔

گریشی اولا۔ (Gratiola) ۳۰

۱۔ خواتین میں غلبہ شہوت کی خاص دوا ہے۔

۲۔ انگشت زنی کی عادت کو ختم کرنے کے لیے مجرب دوا مانی گئی ہے۔

۳۔ یہ دوا مستورات میں خواہشِ نفسانی کو کنٹرول کرتی ہے اور اعتدال پر لاتی ہے۔

۴۔ ڈاکٹر برنٹ نے اس مقصد کے لیے اس دوا کی بہت تعریف کی ہے۔

۵۔ اس دوا کو ۳۰ طاقت میں دن میں تین مرتبہ استعمال کریں۔

موسکس۔ (Moschus) 3x

۱۔ ہسٹریکل مزاج کی خواتین جو ضدی طبیعت کی منہ زور دوشیزائیں ہوں اور جن کی خواہش پوری نہ ہونے پر حلق میں سکڑن اور گولے کا احساس پایا جائے تو مفید دوا

ہے۔

۲۔ اس دوا کی خواتین میں غشی کی رغبت ہوتی ہے اور شرمگاہ کے مقام پر مسلسل سرسراہٹ محسوس ہوتی ہے۔

۳۔ مریضہ ہر وقت ہنستی رہے۔

۴۔ اعضائے پوشیدہ میں گدگداہٹ ہو اور ان میں کھنچاؤ کا احساس پایا جائے۔

۵۔ یہ دوا 3x طاقت میں استعمال کی جاتی ہے۔

میوریکس۔۳۰ (Murex)

۱۔ ایسی خواتین جنہیں آلاتِ تناسل پر شدید اکساہٹ کے باعث ان پر ہاتھ لگانا برداشت نہ ہو کے لیے بہترین دوا ہے۔

۲۔ خواتین کو ہم آغوشی کی شدید خواہش ہو تو چند دن کا استعمال بہترین نتائج دکھاتا ہے۔

۳۔ اعضائے تناسل کو ذرا سا چھوتے ہی ناقابل برداشت شہوت بھڑک اُٹھے۔

۴۔ مریضہ عموماً ٹانگ پر ٹانگ چڑھا کر بیٹھنا پسند کرتی ہے۔

۵۔ یہ دوا ۳۰ طاقت میں دن میں تین مرتبہ استعمال کریں۔

نکس وامیکا۔۲۰۰ (Nux Vomica)

۱۔ ایسی خواتین جنہیں جماع سے سیری نہ ہو کے لیے مجرب دوا ہے۔

۲۔ شرمگاہ کے مقام پر خارش اور سرسراہٹ بہت زیادہ تنگ کرے۔

۳۔ مریضہ مزاجی طور پر غصہ ور، لڑاکا، پُر تشدد، زُود رنج، گوشت اور چٹ پٹے کھانوں کی شوقین ہوتی ہے۔

۴۔ اس دوا کی مریضہ کو پاخانہ کی بار بار حاجت ہوتی ہے لیکن تسلی نہیں ہوتی۔

۵۔ اس دوا کی ایک خوراک رات کو سوتے وقت چند دن استعمال کرنے سے بہتری ہو جاتی ہے۔

مخصوص علامات اور ادویات

ہومیو پیتھک طریقہ علاج کے تحت ہر دوا اپنی مخصوص علامت کے ساتھ بہترین اور زوداثر ہوتی ہے۔ ذیل میں چند ایسی علامات اور ان کی مخصوص ادویات درج کی جارہی ہیں جو کہ عموماً مفید اثرات کی حامل رہی ہیں:

شہوت کی کثرت سے انگشت زنی کی رغبت ہو	اوری گینم، پلاٹینا، کینتھرس، جیلسی میم۔ ۳۰، ۲۰۰
شہوت کی کثرت سے انگشت زنی پر مجبور ہو	ریفنس سٹائیوا۔ ۳۰
شہوت کی کثرت اور چیونٹیاں رینگنے کا احساس ہو	پلاٹینا، ایپس میلی فیکا۔ ۳۰، ۲۰۰
شہوت کی کثرت بوجہ شہوانی سرسراہٹ	اوری گینم، بووسٹا، بیوفورانا، ٹیرنٹولا ہسپانیہ۔ ۳۰، ۲۰۰
شہوت کی کثرت اور شہوانی جوش سے شکم میں درد ہو	گریفائٹس۔ ۳۰، ۲۰۰
شہوت کی کثرت درد پیڑو سے کمر تک جائے	سبائنا۔ ۳۰
شہوت کی کثرت، شہوانی گیت گائے	پلاٹینا، سٹرامونیم۔ ۲۰۰
شہوت کی کثرت صبح کے وقت	اسٹریازرب، سیڈران، کالی کارب۔ ۳۰، ۲۰۰
شہوت کی کثرت رات کے وقت	زنکم میٹ، بیلاڈونا۔ ۲۰۰

شہوت کی کثرت استحاضہ کے دوران	سبائنا' پلاٹینا۔۲۰۰
شہوت کی کثرت بوڑھی خواتین میں	ماسکس۔۳۰
شہوت کی کثرت سردرد کے دوران	سی پیا۔۲۰۰
شہوت کی کثرت حیض سے قبل	فاسفورس' کلکیریا فاس۔۲۰۰
شہوت کی کثرت حیض کے دوران	پلساٹیلا' اوری گینم' کینتھرس' لائیکوپوڈیم۔۳۰'۲۰۰
شہوت کی کثرت حیض کے بعد	کالی فاس' ایسڈ سلف' میڈورینم۔۲۰۰
شہوت کی کثرت دوحیض کے دوران	سیپل سیرولاٹا۔۳۰
شہوت کی کثرت قلتِ حیض کے ساتھ	کینابس انڈیکا۔۳۰
شہوت کی کثرت لیکوریا کے ساتھ	بربیرس ولگارس۔۳۰
شہوت کی کثرت حمل کے دوران	بیلاڈونا' پلاٹینا' پلساٹیلا' سٹرامونیم' وریٹرم ایلبم۔۳۰'۲۰۰
شہوت کی کثرت زچگی میں	پلاٹینا' چائنا' گریشی اولا' ماسکس' بیلاڈونا۔۳۰'۲۰۰
شہوت کی کثرت دُودھ پلانے کے زمانے میں	کلکیریا فاس۔6x
شہوت کی کثرت آنتوں میں کیڑوں کے سبب	کلاڈیم۔۳۰
شہوت کی کثرت شرمگاہ میں ورم اور خارش کے سبب	ینتھرس۔۳۰
شہوت کی کثرت باز دکھلانے سے	سٹانم۔۳۰'۲۰۰
شہوت کی کثرت جسم کے کسی حصے کو چھونے پر	سٹرائی گینم۔۳۰
شہوت کی کثرت بیوہ خواتین میں	اوری گینم' ایپس میلی فیکا' لائیکوپوڈیم۔۲۰۰

شہوت کی کثرت کنواری لڑکیوں میں	پلاٹینا ' نویم ۔ ۲۰۰
شہوت کی کثرت جلق کے لیے مجبور ہو	اوری گینم ' زنکم میٹ ' پلاٹینا ' گریشی اولا ' نکس وامیکا ۔ ۳۰ ' ۲۰۰
شہوت کی کثرت کوئی جنسی نظارہ دیکھنے سے	ہائیوسائمس ۔ ۳۰
شہوت کی کثرت اور جماع کی کثرت	پلاٹینا ' لیکسس ' اسٹریاز رب ' سٹرامونیم ' کینتھرس ۔ ۳۰
شہوت کی کثرت نفاس کے رُکنے پر	پلساٹیلا ' زنکم میٹ ۔ ۳۰ ' ۲۰۰
شہوت کی کثرت سے دماغی کمزوری	ویلریانہ ۔ ۳۰
شہوت کی کثرت کم عمر کنواری لڑکیوں میں	کالی فاس ۔ 6x
شہوت کی کثرت رانوں ' بازوں ' رخساروں ' ہونٹوں وغیرہ کو کھجلانے ' سہلانے یا چومنے سے	سٹانم ' لائی سین ۔ ۳۰ ' ۲۰۰

☆......☆......☆

ہدایات برائے علاج

چونکہ ہومیو پیتھک ادویات ازحد نازک ہوتی ہیں اس لیے ان کو تیز روشنی، گرمی اور دھوئیں سے بچا کر رکھنا چاہیے اس کے علاوہ خوشبودار چیز کو بھی ہومیو پیتھک ادویات سے دور رکھنا چاہیے۔

جنسی امراض کا علاج کرنے سے پہلے درج ذیل چند باتیں نوٹ کرلیں:

۱۔ ہومیو پیتھک طریقہ علاج کے تحت ہر مرض کا بالعموم اور جنسی امراض کا بالخصوص علاج کرتے ہوئے مریض کی مکمل کیس ہسٹری لینی چاہیے اور مرض کی بنیاد کو پکڑ کر اس کا علاج کرنا چاہیے۔

۲۔ اگر کسی مریض کو ایک ہی وقت میں کئی عارضے (جیسے سرعت انزال، جریان، احتلام وغیرہ) لاحق ہوں تو ایسی دوا منتخب کریں جو کہ ان تمام علامات کا احاطہ کرے، بجائے اس کہ کہ ہر مرض کے لیے علیحدہ دوا تجویز کی جائے۔

۳۔ جنسی امراض کے علاج کے دوران ہیجان انگیز ادویات بالکل استعمال نہیں کرانی چاہئیں کیونکہ اس طرح سے مرض کا خاتمہ ممکن نہیں ہوتا۔

۴۔ جنسی امراض کے علاج کے دوران مریض کی ذہنی علامات کو ضرور پیش نظر رکھنا چاہیے۔

۵۔ جہاں پر ضروری ہو وہاں کوئی بھی اینٹی میازمیٹک دوا کا بطور انٹر کرنٹ ریمیڈی کے استعمال کرنا چاہیے۔

۶۔ دورانِ علاج مریض کے معدہ، جگر اور ذہن کی اصلاح بھی ضروری ہوتی ہے، اکثر اوقات مریض کی بیماریاں نفسیاتی اور خودساختہ ہوتی ہیں اس لیے ذہنی طور پر مریض

کوتندرست کرنے کے لیے سائیکوتھیراپی بھی کرنی چاہیے۔

۷۔ دورانِ علاج مریض کو ہدایات دیں کہ ہلکی پھلکی اور زُود ہضم غذائیں کھائے اور معدے کی تندرست رکھے۔

۸۔ علاج کے دوران تُرش اور بادی وثقیل اشیاء کھانے سے نا صرف دوائیں بے اثر ہو جائیں گی بلکہ مرض بھی طول پکڑ لے گا۔

۹۔ علاج کے دوران مریض کی ہر علامت کو غور سے سُننا چاہیے۔

۱۰۔ مریض کو یقین دلائیں کہ اُس کا مرض قابلِ شفا ہے۔

☆......☆......☆

کتابیات

احیاالعلوم (امام غزالیؒ)
کیمیائے سعادت (امام غزالیؒ)
مردوں اور خواتین کے جنسی امراض (ڈاکٹر ہری چند)
امراضِ مخصوصہ (ڈاکٹر دولت سنگھ)
جنسی امراض کا علاج (ڈاکٹر جاوید اقبال)
Homoeopahtic Mat Madica(Dr.Hahneman)
Key Notes of Mat Madica (Dr. Grynsy)
Family Practice (Dr Bhatta Charia)
New Remedies (Dr.J.T Kent)
Repertory (Dr.J.T. Kent)
Synthesis Repertory(version 8.1) (Schroyens Frederik)
Repertory (Murphy)
Concise Repertory (Phatak)
Homoeopathic Repertory (Boerick)
Repertories: Boenninghausens, Lepay
Practical Therapeutics (Dr.Devi)
Key Notes (Nash)

Practical Therapeutics (Devi)

Practice of Medicine (Dr.Daulat Singh)

Forty Years of Practice(Jar)

Leaders on Hom Therapeutics(Nash)

Dictionary of Practical Mat Medica(Clark)

Synoptic Key (Bogger)

Practice of Medicine(Johnson)

Condensed Mat Medica(Haering)

Principal & Practice of Medicines(Dr Huger)

Plain Talks on Homoeopathy(Paris)

Select Your Remedy (Bishamber Das)

Masturbation: historic perspective. Greydanus DE and Geller B.

New York State Journal of Medicine, November 1980.

Lancet 1994; Frankel D. US Surgeon General

Sexual Dis & Its Treatment (Dr Prosad Benerjee)

Sex Education

Family Guid (Australia)

Doctor Speaks about Sex(Rebecca Liswood)

The French Art of Sex(Dr.Georges Valensin)

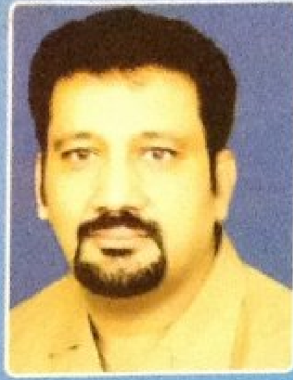
Modern Sex Manual(Edward Podolstry,MD)

Human Sexual Inadequacy(Masters & Johnsons)

Prescriber (Dr.Clarkck)

Hite Report (Sherry Hite)





ڈاکٹر محمد عمران شیخ ہومیوپیتھک برادری میں کسی تعارف کے محتاج نہیں ہیں اس کے علاوہ تصنیف و تالیف کے حوالے سے بھی ان کا نام نیا نہیں ہے کیوں کہ کتابوں کی تصنیف سے قبل ڈاکٹر صاحب مختلف رسائل میں بطور مدیر اور لکھاری لکھتے رہے ہیں اور یہ سلسلہ جاری و ساری ہے۔ ڈاکٹر صاحب کا ایک اور بڑا تعارف شعبہ تدریس کے حوالے سے بھی ہے۔ موجودہ کتاب کا عنوان گو کہ کچھ معیوب سا ہے لیکن حقیقت کو جھٹلانے سے حقیقت چھپ نہیں جاتی اس لیے حقیقت کا سامنا کرنا ہی بڑائی ہے۔ خود لذتی کا عمل اور اس حوالے سے لاحق ہونے والے نقصانات سے ہر فرد آگاہ ہے۔ اس حوالے سے بہت سی کتب بھی نظر سے گزری ہیں لیکن موجودہ تصنیف اس مرض یا عادت پر مستند اور مکمل ہے کیوں کہ اس کتاب میں نہ صرف اس عمل کو تفصیل سے بیان کیا گیا ہے بلکہ اس کی وجوہ پر بھی روشنی ڈالی گئی ہے اور سب سے بڑھ کر یہ کہ اس مرض کا مکمل علاج معالجہ بیان کیا گیا ہے۔

میں سمجھتا ہوں کہ یہ کتاب نہ صرف قارئین کو بنیادی معلومات دے گی بلکہ معالجین کے لیے بھی اس حوالے سے ایک بہترین ریفرنس بک کا درجہ حاصل کرے گی۔ اس کتاب میں درج تمام مواد کو جدید سائنسی تحقیق کی روشنی میں بیان کیا گیا ہے جس کے لیے ڈاکٹر محمد عمران شیخ مبارک باد کے مستحق ہیں اور میری دُعا ہے کہ ڈاکٹر صاحب کا یہ سفر جاری و ساری رہے اور یہ اپنی مصروف زندگی میں سے وقت نکال کر تصنیف و تالیف کے شعبے سے منسلک رہیں۔

ڈاکٹر جاوید اقبال (ہومیوپیتھک کنسلٹنٹ)

ادارہ مطبوعات سلیمانی

رحمان مارکیٹ غزنی سٹریٹ اردو بازار لاہور • فون: 042-37232788
042-37361408 E-mail: sulemani@gmail.com
www.sulemani.com.pk, facebook.com/sulemani5